
40 سلوكاً يزعج الآباء والأمهات
الإبداع الفكري
الأطفال المزعجون!
د. مصطفى أبو سعد
استشاري نفسي وتربوي
مدرب في مهارات التنمية الذاتية
برنامج عملي تدريبي في
مهارات تعديل السلوك لدى الطفل

بين يدي الكتاب

طلب مني العديد من الآباء والأمهات والمهتمين بشؤون وقضايا الطفولة أن أجهز كتابا في فنون تعديل السلوك لدى الأطفال يكتب بلغة بسيطة وخطوات عملية بعيدة عن الحشو والتنظير يسهل الرجوع إليه وتنفيذه يستوعبه المواطن العادي ويشكل مرجعا للمختصين والاستشاريين ... في الوقت نفسه كانت تصلني العديد من الرسائل والاستشارات أرد عليها سواء في مواقع الشبكة العنكبوتية أو في المجلات والجرائد ...

هذا الكتاب أقدمه للبيت السعيد حتى تصبح السعادة عادة في حياة أسرنا وفي العلاقات بين أفرادها لا سيما العلاقات بين الآباء والأمهات من جهة وأبنائهم ..

اخترت أهم المشاكل السلوكية التي تؤرق الأسر ووضعت برنامجا مبسطا بلغته وخطواته لعله يساهم في عمليات التصحيح للعلاقة الإنسانية داخل الأسرة ...ويشكل ثقافة تربوية لدى المربين والمهتمين بقضايا الطفولة من أجل تحقيق مهارات التربية الإيجابية وتيسير الحياة واكتساب فن صناعة السعادة والبسمة في علاقاتنا الإنسانية ..

كتابي هذا يأتي بعد أربع كتب في المجال التربوي لقيت نجاحا رائعا وأصبحت دستورا للكثير من الأسر في المنطقة العربية ووسط الجاليات العربية والمسلمة في الغرب . ومن هذه الكتب التي أعتز بها كتاب الوالدية الإيجابية من خلال إشباع الحاجات النفسية للطفل وكتاب استراتيجيات التربية الإيجابية وكتاب التقدير الذاتي للطفل ..

هذا الكتاب أعده دليلا مختصرا وعمليا عن التحديات والمشكلات السلوكية التي تواجه المربين أثناء تنشئتهم للأطفال ومن بين أهم التحديات (عناد الأطفال – تمرد الطفل – الخوف – الحركة الزائدة وتشتت الانتباه – الرفض المدرسي – التصاق الطفل بأمه – وغيرها من السلوكيات اليومية التي تزعج الوالدين ...).

والله أرجو أن يكون هذا الدليل نبراسا يساعد الآباء والأمهات لتصبح التربية والتنشئة متعة والأبناء هدية من الخالق وزينة للحياة الدنيا وفرصة للذرية الصالحة واستمرار حياة الإنسان بعد وفاته ...(ولد صالح يدعو له..).

وبالله التوفيق

د.مصطفى أبو سعد

الكويت : ربيع الأول ١٤٢٧هـ

أبريل (نيسان) ٢٠٠٦م


الباب
الأول
1
مهارات ومعارف

من هنا نبدأ:



«كان الناس يسألون رسول الله ﷺ عن الخير وكنت أسأله عن الشر مخافة أن يدركني».
حذيفة بن اليمان

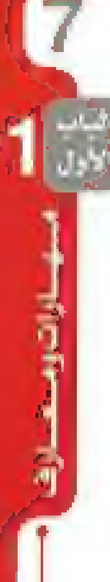


حتى لا تكون أبا سلبيا؟!

د. مصطفى أبو سعد

اعتقد انه من الصعب الحديث عن الأب المثالي ووضع قائمة طويلة بالصفات الإيجابية التي ينبغي توافرها في الشخص لينال صفة «الأب المثالي». وفي الوقت نفسه لا ينبغي التركيز باستمرار على تثقيف وإعداد وتعليم الآباء كيف ينبغي ان يكونوا، وكيف يجب أن يتعاملوا.؟ . ولذلك سأحاول من خلال التجارب التي تكونت بالاحتكاك بالآباء والأبناء ومتابعة المشكلات السلوكية التي تطبع صور الأبناء ان اثير الصفات التي تجعل من الأب إنسانا سلبيا عاجزا عن اداء مهمته بل وتسحب منه صلاحيته لتولي مهمة «أب». نحاول كذلك التعرض للمصائد التي ينبغي على الآباء الحذر حتى لا يسقطوا في أوحالها.

«كان الناس يسألون رسول الله ﷺ عن الخير وكنت أسأله عن الشر مخافة أن يدركني».
حذيفة بن اليمان







الفصل الأول

أنماط والدية انتبه لها



1 السيطرة: الأب المتسلط

السلوك التسلطي أو «الأبوية» وحب السيطرة يشكل الأنموذج التقليدي الأبوي وهو إلى حد ما ما يزال مقبولا ومتبعا في العديد من المجتمعات، ويمارس في غالب الأحيان من خلال العادات والتقاليد المهيمنة على المجتمع والأسرة.

لكن المخاوف والمحاذير التي يثيرها السلوك التسلطي عند الأب كثيرة وخطيرة فالسيطرة التي يمارسها من خلال أبوته تجعله يتبنى مواقف معينة ليس لاقتناعه بها ولكن فقط لأن «وظيفته الأبوية» تفرضها عليه. وبذلك تطغى صورة الأب كمؤسسة اجتماعية وتقليدية.. على صورة الأب الحقيقية، الشيء الذي يجعل منه أسيرا لصورة معينة تفقده ذاتيته الفعالة وتدخله أحيانا كثيرة في متاهات صراع نفسي داخلي بين ما تفرضه قناعاته وما تحتمه العادات والتقاليد.

وكثيرا ما يعتقد هذا الصنف من الآباء أن التنازل عن السلوك التسلطي ولو بابتسامة خفيفة سيسقطهم من على عروشهم ويسحب منهم الوقار!

A من سلبيات التسلط الأبوي



1 التعب المستمر

حرص الأب للحفاظ على صورته هذه تتعبه كثيرا لأنها تجرده من التلقائية وتفرض عليه كلفة دائمة تنتهي به إلى معاناة مستمرة فكره للأبوة.

فكلما كان الإنسان سلبيا متشددا في مواقفه كلما تخلى عن إنسانيته أمام الأبناء وتحول بالنسبة إليهم إلى آلة لإصدار الأوامر والنواهي..

إن إنسانية الإنسان والدور المتسلط لا يلتقيان في شخص واحد وإذا افتقد الأب إنسانيته وسط أسرته كان لذلك تأثير سلبي على الجميع .

2 نقل الصورة للأجيال

سلبية التسلط لا تنتهي عند الأب بل تنتقل للأبناء ولذلك لا غرابة أن تجد أبا شابا يمارس أبوته بتسلط شديد إذ رسخ لديه أنموذج الأب التقليدي. والمشكل الأكبر ليس في تسلط الأب الشاب ولكن في عدم تناسق شخصيته ،غالبا، مع سلوك التسلط مما يجعله يبالغ في التهديدات والأوامر والعقاب والإحراج والسخرية..الشيء الذي يجعل من الأسرة حلبة للصراع والاختلافات ومحكمة لإصدار التهم والأحكام العقابية ومحيطا تصعب الحياة فيه..وبيئة لا تعرف تواصلا بين أفرادها في غير الأوامر والنواهي..

موقف الأبناء وردّة فعليهم إما العناد والدفاع عن النفس ضد هذا الاضطهاد وإما الخضوع وتشرب السلوك ذاته.. وفي كلتا الحالتين نجد أنفسنا أمام سلوكيات تحتاج لمعالجة وتصحيح.



B تأثير الاضطهاد الطفولي



شعور الأبناء بالاضطهاد أثناء طفولتهم نتيجة تسلط الأب شعور ينشأ معهم ويكون له تأثير كبير على معاملتهم لأبنائهم لاحقا فإما أنهم تشربوا هذا السلوك فيعيدون إنتاجه من جديد وإما تغلب عليهم نزعات انتقامية يحاولون إفرازها مع أبنائهم وإما يحاولون جهدهم عدم نقل هذا الاضطهاد لأبنائهم فيؤثر ذلك على مواقفهم، إذ ينطلقون دوما من هذا الشعور بدل الانطلاق من معايير الحق والصواب ..

C لماذا يقمع الآباء أطفالهم؟

هنا قد تشعر بالذنب بسبب طريقة تعاملك مع أطفالك. احتفظ بهذه الأفكار في ذهنك ولا تنسها. لكن يمكنك أن تفعل أشياء كثيرة لتقهر البرمجة القديمة وتنتصر عليها سواء أكان أطفالك مازالوا صغاراً أم أصبحوا اليوم في عداد الراشدين.

إن أول خطوة تتمثل في البدء بتفهم نفسك، وبمعرفة لماذا أصبح القمع جزءاً من ممارسات أبوتك. علماً بأن كل أب تقريباً يذنب بلجوئه من وقت إلى آخر للقمع دون داع. هناك ثلاثة أسباب لتفسير هذا الأمر هي:

١- أنت تقول ما قيل لك!

٢- أنت تعتقد أن ما تفعله هو الشيء الصحيح!

٣- أنت تفرغ شحناتك المدخرة

دراسة تؤكد: 85٪ ممن تعرضوا للاضطهاد الطفولي يعيدون ممارسته في حياتهم الأسرية.

والديك

1 أنت تقول ما قيل لك!

أنت لم تتعلم الأبوة في المدرسة، فعندما يولد أطفالك عليك أن تبدأ من الصفر، وتستنبط بنفسك ما يجب عمله. غير أن أمامك مثلاً واضحاً تحتذيه.

- أنا متأكد أنك وجدت نفسك تصرخ في لحظة غضب وبعدئذ تفكر: «يا للمصيبة، هذا ما كان يفعله والدي معي وكنت أبغضه!» إن تلك التسجيلات القديمة تكون بمثابة «الريّان الأوتوماتيكي» بالنسبة إليك.

- هناك آباء يذهبون بالطبع إلى أقصى الناحية الأخرى من التطرف، فمع ذكريات نشأتهم المؤلمة، يقسمون على ألا يوبخوا أطفالهم أبداً ولا يضربوهم أو يحرموهم شيئاً.

- والخطر يتبدى هنا في المبالغة، حيث يعاني الأطفال في مثل هذه الحالة من الفلتان وعدم الانضباط، وهذا أمر ليس سهلاً بالطبع.

2 أنت تعتقد أن ما تفعله هو الشيء الصحيح!

كان الاعتقاد السائد ذات يوم هو أن الأطفال في الأساس سيئون، وأن مهمتك أن تخبرهم إلى أي حد هم سيئون. وهذا سوف يخجلهم ويدفعهم ليكونوا أفضل! ربما أنت نشأت على وفق هذه الطريقة، فأنت لم تفكر بكل بساطة بموضوع تقدير الذات أو بالحاجة إلى مساعدة الأطفال لاكتساب الثقة. فإذا كان الأمر كذلك، آمل أن تكون قد غيّرت تفكيرك بعد هذا الذي قرأته. والآن بعد أن أدركت كم يكون القمع والإذلال محطمان للأطفال، أنا على يقين أنك ستتوقف عن اللجوء إلى استخدامهما.

عندما يعوزك المال....... أو يثقل كاهلك العمل........ أو تشعر بالوحدة والسأم..............

أو تكون حبيس المنزل رغماً عنك...........

فإنك تميل في ما تقوله لأطفالك إلى...

الهدم والتحطيم.

3 أنت تفرغ شحناتك المدخرة

إن أسباب هذا واضحة، فعندما نتعرض للضغوط بأي طريقة كانت، يتنامى لدينا التوتر الجسدي الذي يحتاج إلى تفريغ.

- ونحن في الواقع نشعر في هذه الحالة بتحسن عندما نهاجم شخصاً ما بعنف، سواء بالكلمات أم بالأفعال.

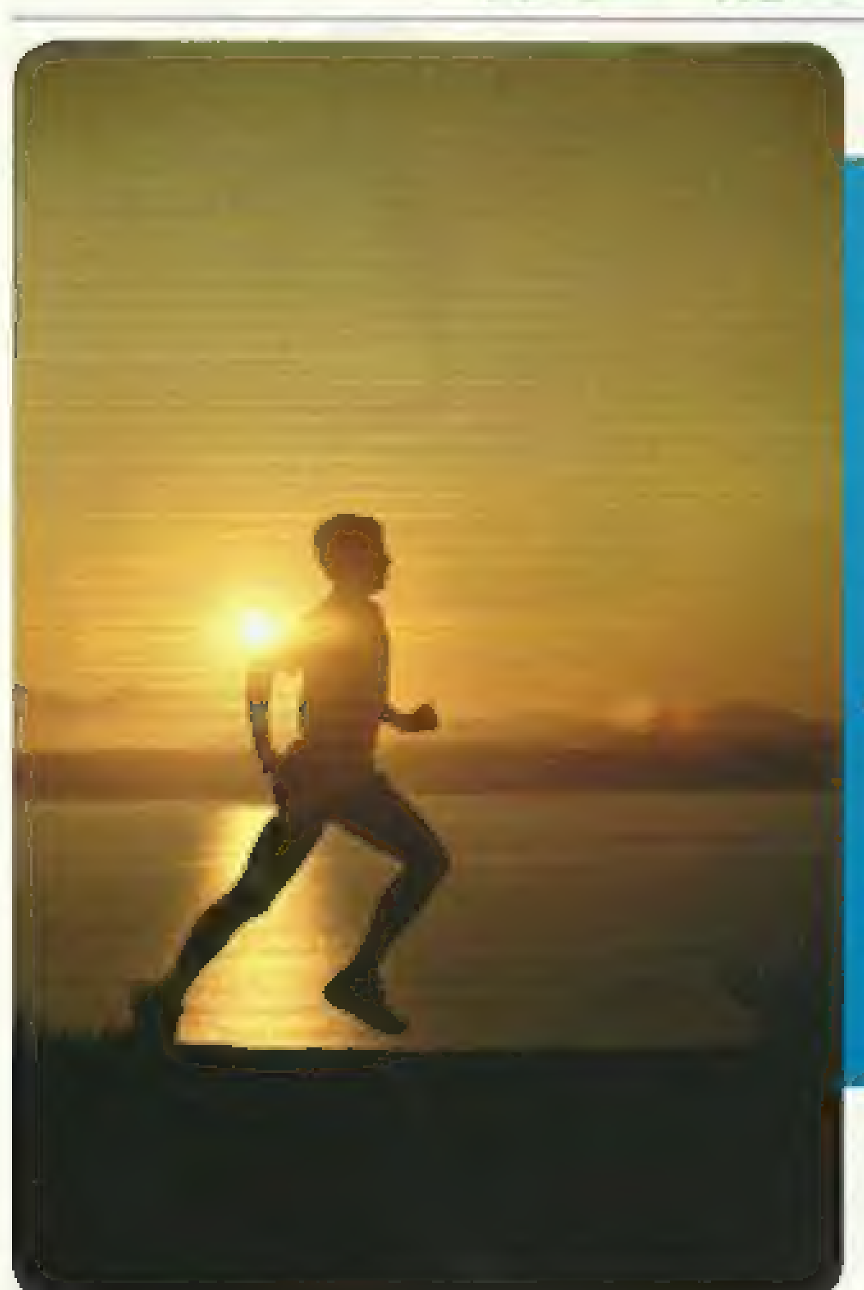
- والأطفال يعانون أكثر من غيرهم في مثل هذه الحالات لأن صب غضبك عليهم أسهل من توجيهه إلى زوجك، أو رئيسك في العمل، أو إلى أي شخص آخر. ومن الأهمية بمكان أن تفكر ملياً بالأمر: أنا أشعر بالتوتر! ممن أنا غاضب حقاً؟

إن الارتياح الذي يعقب التهجم قصير الأجل نظراً لأن الطفل يسلك نتيجة ذلك سلوكاً أكثر سوءاً. فإذا كان الأمر كذلك، ينبغي أن تبحث عن طريقة آمنة لتفريغ شحنات غضبك.

يمكن إزالة التوتر وتبديده بطريقتين:

1 من خلال القيام بعمل قوي، كضرب السجاد ونفضه من الغبار أو القيام بنشاط معين، أو المشي السريع. وهذا ليس بالأمر الضئيل - فحياة العديد من الأطفال تم إنقاذها عن طريق حجز الطفل داخل حجرة نومه بينما الأب الهائج يمشي مسافات طويلة لتهدئة نفسه.

2 عن طريق تبديد التوتر عبر محادثة صديق، أو من خلال ممارسة لنشاط معين مثل الرياضة، أو التدليك لتحرير جسدك من التوتر.



- عليك في نهاية الأمر أن تتعلم العناية بنفسك قدر عنايتك بأطفالك، فأنت في الواقع تخدم أطفالك عندما تمضي بعض الوقت يوميا في العناية بنفسك (صحتك وراحتك) أكثر ما لو كرست نفسك كليا لخدمتهم.

- إن أفكارك تتغير في الوقت الذي تمارس فيه القراءة ولسوف تجد، حتى دون تجريب أو مشقة، أن سلوكك مع أطفالك سوف يصبح أيسر وأكثر إيجابية.

السر في طريقة التعبير ..

إن السر يكمن في الطريقة التي يعمل بها عقل الإنسان. إذا قدم إليك شخص ما مليون دولار على ألا تفكر بفرد زرق لمدة دقيقتين، فإنك لا تستطيع ذلك. جرب ذلك الآن إن كنت لا تصدقنا! إذا قلنا لطفل لا تسقط عن الشجرة، فإنه عندئذ سوف يفكر في شيئين

لا تسقط عن الشجرة

ركز ذهنك فيما تفعله

هناك عشرات الفرص لتفعيل مثل ذلك بشكل صحيح. فبدلا من أن تقول لا تعبر أمام السيارات، من الأسهل والأفضل أن تقول ابق بعيدا عن الرصيف، وبهذا يتخيل الطفل ما ينبغي عمله، وليس ما لا يجب فعله

• قدم للأطفال تعليمات واضحة حول الطريقة الصحيحة لعمل الأشياء. فالأطفال لا يعرفون دوما كيف يكونون آمنين وسالمين. ولذا اجعل أوامرك محددة. فاطمة تمسكي جيدا حيث بكلتا يديك بحافة القارب، حيث إن هذه العبارة أشد قوة وتأثيرا من: إياك أن تسقطي. الأسوأ من ذلك أن تقول: كيف تعتقدين أني سأشعر لو رأيتك تغرقين؟ إن العقل ضعيف لكي الغرق وضح

كما أن تعلم الحديث هكذا لا يحدث بالطبع بلمسة سريعة فأنت مازلت بحاجة إلى العمل والتحديد لدعم نفسك. ولا شك في أنك باللجوء إلى التعبير الإيجابي سوف تساعد أطفالك على التفكير والعمل بطريقة ناجحة وعلى الإحساس بكفاءتهم في مواقف عديدة نظرا لأنهم يعرفون ما يفعلون وليس لديهم أي خوف مما يجب عليهم ألا يفعلوه

• بتصرف عن كتاب: سر سعادة الأطفال: ستيف بيدولف

د. جون بلو شاين (Parent)

7 الأساليب السبعة للتعامل بفاعلية مع السلوك البغيض أو التهجم لطفلك

١. ابدأ بنفسك أولاً، فاسأل عن سلوكك: هل صدر عنك السلوك الذي يمارسه طفلك الآن؟ هل تحملت هذا النوع من المعاملة في الماضي سواء من طفلك أو من أي شخص آخر؟ حاول أن تتعرف على الخبرات وتدابير نفسك وتخلى بها في سلوكك.

٢. فكّر لطفلك: هل يتحدث الناس بهذه الطريقة؟ لا تسمح بهذه الطريقة إلا إذا كنت لا تستعمل عادة اللغة أو النبرة أو السلوك الذي يستخدمه طفلك. اطلب منه أن يحاول مرة أخرى للتعبير بنبرة صوت مختلفة أو أسأله أن يقول لك بطريقة أكثر احترامًا.

٣. احتفظ بهدوئك. قاوم رغبتك في أن تأتي ردة فعلك غاضبا منفعلا أو متوترا. الآن عليك أن ترفض تماما قبول أي سلوك مسيء أو الاشتراك فيه.

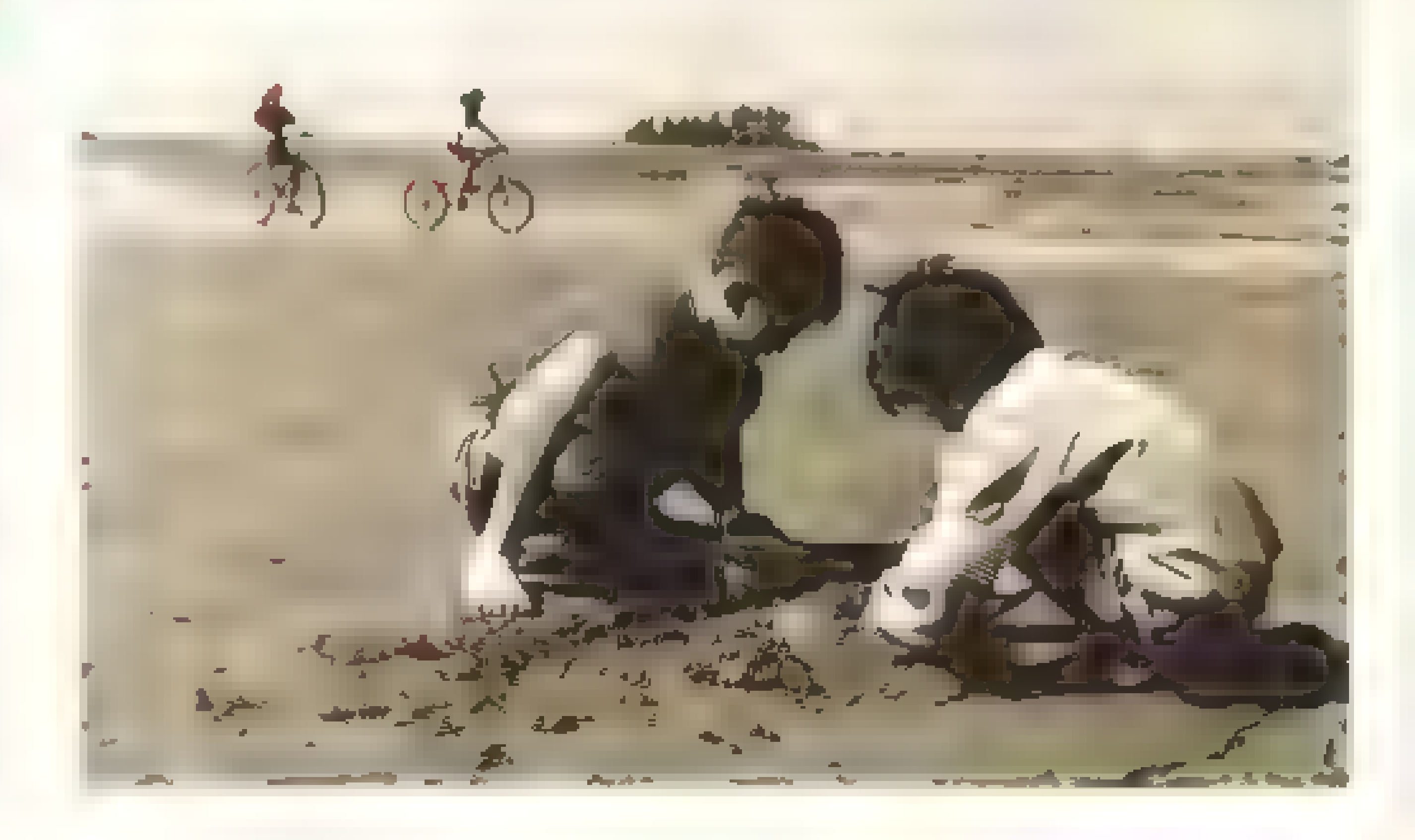
٤. إذا وجدت طفلك يرفض التحدث أو التصرف على نحو أكثر احتراما عليك أن تضع حدا واضحا لذلك. دعه يتحدث في ذلك فيما بعد. أخبره أنك تستطيع أن تستمع عندما يكون مستعدا للتحدث بهدوء دون صراخ، قل له ذلك وابتعد تماما.

٥. امنح طفلك فرصة ومجالا لتفريغ شحنة غضبه أو خاطبه بطريقة غير مؤذية أو مسيئة. لا تسمح له بالتحدث معك إلا عندما يهدأ ويصبح مستعدا للمناقشة باحترام وأدب.

٦. تجنب إخبار طفلك أن صراخه يؤذيك كثيرا، فربما يؤدي ذلك ببساطة إلى دعم هذا السلوك لديه حيث إنه يجد فيه وسيلة ناجحة للحصول على ما يريد. أخبره أنك تريد منه أن يغير سلوكه حتى يتسنى لكما متابعة الحديث على نحو أكثر رقيا وتحضرا، لا لكي تحمي مشاعرك.

٧. اهتم بالتركيز على إيجاد حل مناسب للجميع. حاول أن تلجأ لطلب المساعدة والتدخل لو شعرت بأنك مكتوف اليدين واستولى عليك الإحباط، أو إذا وجدت طفلك يصر على موقفه.

إن بيئة تقوم مقابل كون تقلل من فرصة ظهور أي سلوك بغيض غير قابل للتعديل، فالطفل لا يحتاج للجوء لمثل هذا النوع من السلوك حتى يشبع حاجاته. عندما يصبح غضب الطفل خطرا يهدد سلامته أو سلامة أي شخص آخر أو أي حيوان أليف أو ممتلكات، لابد من التدخل السريع لإيقاف الموقف. إلا أن هذا ليس سوى رد فعل طبيعي لكنه لا يتعامل مع جذور المشكلة. إن سلوكيات الطفل المؤذية والمدمرة تعد مؤشرات لضرورة إعادة النظر في بنية العلاقات داخل الأسرة وتعديلها، خاصة إذا كان مثل هذا السلوك يحدث على نحو متكرر. بالطبع سوف يحتاج لكثير من الوقت والصبر والإيمان والالتزام - وربما تطلب شيء من المساعدة الخارجية في البداية على الأقل.



2 الأب الغائب

من هم الآباء الغائبون ؟!

في الغالب تؤكد الأبحاث و التحدث أن هؤلاء الآباء الغائبين هم في الحقيقة أفراد غير واثقين بأنفسهم مترددين بطبعهم للنضج والتوازن تجردوا من لباسهم وسلطتهم التقليدية دون أن يجدوا لهم ملبسا بديلا متعصبين لدورهم وموقعهم مثل الآباء المتسلطين مع فارق أن الصنف الآخر يعيش داخل الدور ويؤديه باهتمام وحرص ودون تهرب بينما الغائبون تنازلوا وتجردوا من دورهم ولباسهم التربوي ولا يلبثون أن يجدوا أنفسهم عزلا ومهملين وغير محترمين ولا مقدرين

إن المجتمعات التي [illegible] فيها هذا الصنف تعرف [illegible] في [illegible] رعاية [illegible] لأن [illegible] الأب [illegible] هم [illegible] رعاية الأب [illegible] شبه [illegible]

3 [illegible]

ميلاد طفل يعني عنصرا جديدا داخل الأسرة. هذا الحدث قد يسبب لبعض الآباء بالحيرة و الغموض حول دورهم الجديد تجاه المولود ويصابون بفقدان التوازن فهم لا يتصورون أنهم قد أصبحوا آباء ولا يدرون كيف ينبغي أن يتعاملوا مع الوضع الجديد ولا كيف يجب أن يتصرفوا وهذا السلوك قد يصيب ذوي الشخصيات الهشة ومعدومي الثقة بالنفس وغير المؤهلين اجتماعيا لتحمل أعباء أسرة متعددة الأفراد

أمام هذا الوضع المحير يجد الأب نفسه أمام خيارين: إما الانسحاب وهو صنف الأب الغائب الذي أشرنا له سابقا، وإما يصبح دور الأم نسخا كاملا يؤدي نفس أعمالها ويتصرف بنفس سلوكها كأم، يمثل لنفسه صلاحيات وأدوار الأم، وهذا هو الصنف الذي اصطلح عليه بـ: الأب الأم.

STOP

مجرد توضيح

هذا الأب ضعيف الشخصية، غير الواثق
بنفسه، المضطرب والقلق أمام هذا الوضع
الجديد يصبح معاندا ومعتديا على
صلاحيات الغير فقد تحدد خبير من
الدرجة الأولى بكل ما يتعلق بتربية الطفل
وصحته وتغذيته ويبدي تدخلا
بشكل كبير ويبدي ملاحظاته واقتراحاته
باستمرار وينتقد سلوك الأم ويحاول
باستمرار لتقويم أعمالها وتعديل سلوكها
والإحلال محلها .. يصبح بالنسبة لزوجته
ليس مساعدا ومعينا وإنما منافسا ومعتديا
على مجالها وتخصصها وبالنسبة للطفل
استحواذي ملتصق وملازم ومواظب على
احتضانه، ومبالغ في احتضانه واهتمامه
وملاعبته ومداعبته وتقبيله، وكل شيء
فاق حده أصبح ضده.

4 الأب المحارب

من بين الأصناف الأبوية السلبية سلوك شاذ وصراع معلن من طرف واحد وهو الأب. هذا الصنف من الآباء لا يتصور نفسه رجلا، إلا بممارسة العنف والغطرسة والتعجرف وإعلان الحرب على الأبناء ويعتقد أن رجولته مرتبطة بالعنف و المشاجرة و النزاعات التي يختلقها مع أبنائه ويبرز من خلالها قدرته وقوته وعضلاته وأنه بهذا الأسلوب يقدم صورة والنموذج ايجابيا لأبنائه. والأب المحارب ينطلق دوما من شعور داخلي ان ابنائه اعداء ومن حساسيه شديدة نحوهم. مثله كمثل السائق الذي يعد كل أصحاب السيارات من حوله منافسين له على حلبة السباق فيأخذ كل التدابير لكي لا يتعدى أحد على حق له أو يسعى لتجاوزه وكل همه ملاحظة الآخرين وسلوكياتهم ليرد بقوة وعنف . وأبسط خطأ ينقلب الى معركة حاميه الوطيس بينه وبين ابنائه يسمعهم خلالها الشتائم والسب . وهذا السلوك لا يقدم للأبناء قيمة تربويه أو أخلاقيه بل يحمل المساكين الصغار يعيشون على أعصابهم في حالة من التوتر و الترقب



[illegible] الكلمات [illegible] التي تخرج من فم الأب المحارب لا تعبر [illegible] عن [illegible] الذي يفقد صوابه وإنما تعبر عن [illegible] الذي لا [illegible] وحساسيه وخصوصا حين يكون هؤلاء أطفالا ولا [illegible]



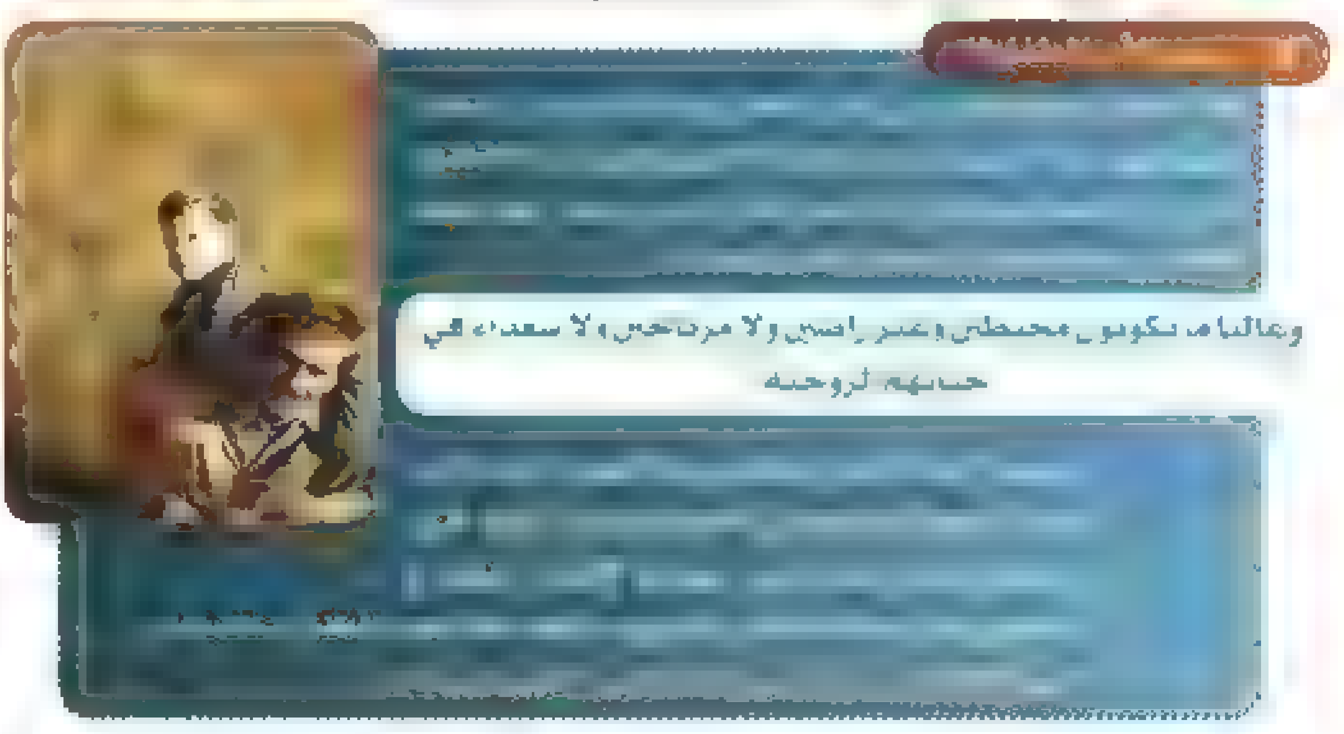
د. مصطفى أبو سعد

بعد ولادة الطفل وأنا غير متوافق مع زوجتي، فهي لا تفكر في أحد سوى الطفل، أما أنا بالنسبة إليها فكأنني غير موجود !!

هذا لسان صنف من الآباء والذي أطلقنا عليه: الأب الطفل، وهم قسمان:

1- **الغيور من الأم:** الذي يريد الطفل له فقط ويرغب في حضانته كل الوقت ويشتد غيرته حين يفضل الطفل الأم عليه، فكان يبكي رغبة في أمه وهو بين أحضان الأب فيسكت عن البكاء بمجرد استلامها له وضمه إلى صدرها.

2- **الغيور من الطفل:** وهو الذي يريد زوجته كلها له واهتمامها به أكثر من اهتمامها بالطفل الجديد، فالغيرة شديدة عنده من المولود الذي يستحوذ على كل اهتمام الأم الزوجة.



هكذا

14

1 تعرف على اهدافك كأب عليك أن تعرف الصورة التي تسعى أن تكون عليها علاقتك بطفلك وما الذي يمكنك فعله لتحقيق هذه الصورة اهتم بوضع أهداف بعيدة المدى وأخرى قصيرة المدى

2 بعد مناقشة هذه العبارة إن علاقتي بطفلي / أطفالي بالغة الأهمية وكل ما أفعله وأقوله على درجة عالية من الأهمية لا تحتاج هذه العلاقة يمكنك أن تكتب هذه العبارة وتضعها في مكان واضح أمامك تحت مرآتك مثلا أو بعد يومك الأمر الذي قد يساعدك على تذكر الاهتمام بطريقة تعاملك مع أطفالك

3 اطلب العون من الله ليساعدك على إنجاح علاقتك وتعاملك مع طفلك

4 عليك أن تسأل نفسك ما الذي يمكنني أن أفعله اليوم لأضيف إلى رصيد علاقتي بأطفالي

5 احرص على أن تؤكد لطفلك أنك تحبه أكثر وعند كل لقاء تكون عبارة بهذا المعنى واحرص على أن تكررها مع بداية اليوم ونهايته وكررها فيما بين ذلك قدر الإمكان أعني أكثر وعند كل يوم وأعني فكر قبل أن تتحدث إلى طفلي حتى لو كانت هذه العبارة غير حقيقية عليك أن تقولها لطفلك كما لو كانت واقعية!!

6 اهتم بأن تحصل أثناء اليوم على بعض الدقائق التي تستعيد فيها تركيزك وحضورك أو تسترخي وتصفي ذهنك بضعة دقائق تمارس تنفسا عميقا وتستمتع بالوحدة لدقيقة أو اثنتين لو أمكن فهذا سيساعدك كثيرا

7 اطلب من طفلك أن يخبرك بأنه يحبك بالتركيز على الإيجابيات ما الذي افعله ويشعره بالسعادة ما الذي أفعله ويراه غضبا؟

8 أحسن الاستماع لأطفالك وافهم أن تأخذ تعليقاتهم بجدية

9 لا تقف عند الاكتفاء بملاحظة أطفالك فحسب، بل كن معهم فعلا وشاركهم في اكتشافهم للعالم حولهم

10 اهتم بمراقبة الأطفال، واحرص على مشاهدة الأفلام المعدة خصيصا لهم، شاركهم في ألعابهم واستمتع معهم

11 إذا ما انتابتك نوبة غضب احرص على أن تفكر في أساليب معينة تجعل سلوكك أكثر تماسكا في المرة القادمة، وربما يفيدك هنا كتابة أفكارك ومعاناتك لتفريغ شعورك بالغضب ليساعدك على تغيير سلوكك ولا تجد منه عذرا أو مبررا للاستسلام، أو للإحباط أو اليأس منه

12 اهتم بتسجيل يومياتك: اختلس بعض اللحظات لتتفرغ للكتابة، إن تسجيل اليوميات هو أفضل وسيلة للتعبير عن المشاعر وردود الأفعال والمخاوف، كما أنه مفيد جدا في تسجيل ما يقع من أحداث ورصد التحديات والتطورات

13 خصص بعض الوقت لملاحظة ما الذي تحتاجه لتنمية نفسك

14 اهتم بالتركيز على ما تحققه من نجاح: احرص قبل أن تخلد إلى النوم في كل ليلة أن تحصر ثلاثة أشياء على الأقل تحب قيامك بها أو أديتها على ما يرام، اكتب هذه الأشياء وسجلها في دفتر مع تدوين تاريخ حدوثها. لا تعبأ بتصنيف نجاحاتك، عليك فقط أن تركز على ما فعلته من صواب



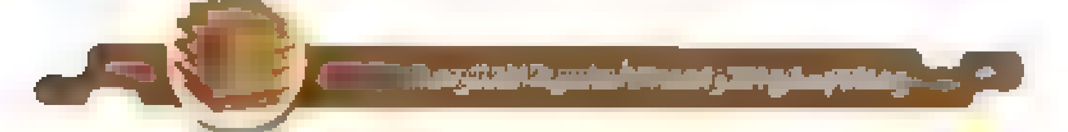
إنه سوف يكون من الأيسر دائما أن تميل بطريقة تلقائية لتطبيق الأساليب التي تعرفها جيدا وتألفها، خاصة لو كنت قد مررت بيوم طويل مشحون بالمشكلات والمواقف المحتملة. الآن وعيك المتزايد بما تحدثه في علاقاتك من آثار سيعمل على تحسين هذه العلاقات وتوثيقها. كما أنه يزيد من قوة إيمانك بقدرتك على تغيير حياتك الأمر الذي يساعدك على اتخاذ قرارات أكثر فاعلية عندما تسنح لك الفرصة المناسبة.

الفصل الثاني

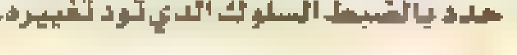
10 - قواعد التقويم السلوكي

وصف الطفل غير المرتب والذي يلقي بأغراضه في كل جانب لا يغير هذا السلوك لديه فلن يتعلم النظام، لكن أفضل أسلوب أن تعطيه بكل هدوء صورة موضحة عنه: يسعى مع الوقت إلى تحسينها لدى الآخرين.

من الأفضل والمصلحة للطفل التركيز بشكل أساسي وبناء على كلمة تعديل أو تغيير السلوكيات غير المقبولة بدل التركيز على توجيه اللوم والانتقاد لشخص الطفل





1. حدد بالضبط السلوك الذي تود تغييره.



2. تكلم مع الطفل بالتحديد حول ما تنتظره منه وما تريده.

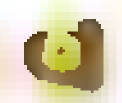


3. بين له كيف يمكن تحقيق ذلك.



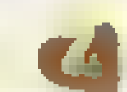

4. أثن، امدح، اشكر الطفل على السلوك الحسن

لا تمدحه لذاته وإنما لحسناته: أنت رائع لأنك هادئ، كم هو رائع أن تكون هادئ



استمر في مدح سلوكه الحسن حتى يصبح عادة لديه

أكد له رضاك عنه كلما سلك مسلكا حسنا لتدعم الحسن كمعيار وقيمة





اجتنب استعمال العنف مع الطفل. استعمل تقنية اللعب بدل إرغامه على الذهاب لفراش النوم بالعنف. سابقه من ينجح قبل غيره في الاستعداد الكامل للنوم. ولا بأس من استخدام وسيلة محايدة (ساعة مثلا لعداد الدقائق).



كن حاضرا مع أبنائك.

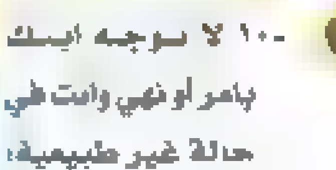
فلا يكفي إعطاؤهم توجيهات بل لا بد من متابعة ومعرفة مدى التزامهم بها. فإذا افتقد الأطفال اهتمام آبائهم بهم افتقدوا دوافع تغيير السلوك ودوافع التمسك بالحسن منه



لا تذكر بأخطاء الماضي.

إن تكرار أخطاء الماضي يصيب الطفل بالإحباط وتنتهي به إلى تكرارها

٩- أعط المثال الحسن وانقله للمستقبل.



١٠- لا توجه ابنك بأمر أو نهي وأنت في حالة غير طبيعية: تعب شديد، غضب، توتر.







الأسباب الستة لعدم إسداء النصح لطفلك

- إن إسداء النصح يسلب طفلك فرصة في أن يفكر بنفسه في الحلول المحتملة
- إن نصيحتك تمثل تدخلاً في قدرته على تنمية شعوره بالثقة والكفاءة في حل المشكلات
- إن نصيحتك تحول بينه وبين تحمل مسؤولية مشكلاته وتعلمه أن يعتمد على شخص آخر ليتولى حلها بدلاً منه
- إن نصيحتك توحي إليه بفقدانك الثقة في قدرته على حل مشكلاته بنفسه
- إن نصيحتك قد تكون خاطئة وبذلك تكون سبباً في خلق المزيد من المشكلات لأصدقائه لطفلك
- إن نصيحتك تتيح لطفلك فرصة توجيه اللوم لك إذا لم تفلح نصيحتك له لو ثبت فشلها

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
إذا لم يجدك تحت يده دائماً ليخبره ماذا يفعل .

تذكر: عادة ما تكون النصيحة مجانية ودائماً لا تحصل على الشيء إلا بعد أن تدفع ثمنه.

الخطوات العشر التي تجعل طفلك لا يتحمل المسؤولية 10

- تكذب من أجله
- تختلق الأعذار لسلوكه غير المناسب
- تقوم بإصلاح أخطائه بنفسك أو تدفع ثمنها
- تجعل من نفسك نموذجا لشخص لا يلتزم ولا يتحمل المسؤولية
- ترفض فكرة أن طفلك باستطاعته أن يرتكب الأخطاء التي يتم اتهامه بها
- احرص على أن تخوض معاركه بدلا عنه
- عليك أن تتحمل نتائج سلوكه السيء وغير المقبول واختلق له الأعذار تجنبا لأي صراعات إضافية محتملة
- لا تفعل كثيرا دون مواجهته في سلوكياته، لا سيما إذا كنت متعبا أو محبطا أو تعتقد أو تشعر أن الأمر لا يستحق العناء
- احرص على فكرة أن تجعله يفلت من العقاب على أخطائه، لا سيما إذا قدم لك عذرا معقولا وكافيا
- قم بتحمل مسؤولياته واقنع نفسك بأنه من الأسهل لك أن تتحملها بنفسك
- امنحه كل الاستثناءات حتى ولو لم يؤد كل المهام أو ما طلب منه أن يفعله. استخدم العبارات المعتادة مثل "هذه المرة فقط" أو "نعم، لكن هذه ستكون المرة الأخيرة". ويمكنك أن تضيف إليها أيضا على ذلك هذه المرة حتى ولو لم تكن كذلك.



إنه أمر طبيعي أن ترغب في حماية طفلك من العواقب الوخيمة لاختياراته الخاطئة وأن تبحث عن الأسباب التي تبرئ بها ساحته. كن حذرا لأن هذا الميل من جانبك سوف يؤثر في النهاية على قدرته، أو رغبته، في تحمل مسؤولية سلوكه. إنه من المهم هنا أن تؤمن بطفلك دون أن تجعله نموذجا مثاليا. كما ينبغي عليك أيضا أن تدرك قيمتك وأهميتك في حياته حتى ولو لم تتحمل عنه أعباءه أو تصلح أخطاءه وتحل مشكلاته بدلا منه.

10 الطرق العشر لدعم صفات تحمل المسؤولية والاعتماد على الذات

1 عليك أن تمنح مشاعر الحب والقبول إلى طفلك دون قيد أو شرط، وبغض النظر عما إذا كان يميل لاختيار الصواب أو لا. راقب تمسكك بالنتائج نفسها. بعبارة أخرى، لا تقدم خيارات لطفلك وتتوقع منه أو تصر أن يقوم هو بالاختيار الصحيح حتى يتمكن من الحصول على رضاك وموافقتك)

2 احرص على أن تكون نموذجا يحتذى به فتحمل أنت بنفسك المسؤولية الشخصية لسلوكك، واحرص على تحقيق سعادتك. كن مستعدا لأن تقوم بتغيير بعض السلوكيات والمعتقدات التي لا تعمل لصالحك

3 كن أكثر اهتماما بالعملية التربوية بوجه عام (مثلا: بالكيفية التي يتعلم بها طفلك والطريقة التي يصنع بها قراراته) أكثر من اهتمامك بالعواقب (النتائج الفعلية لاختيارات طفلك أو سلوكه).

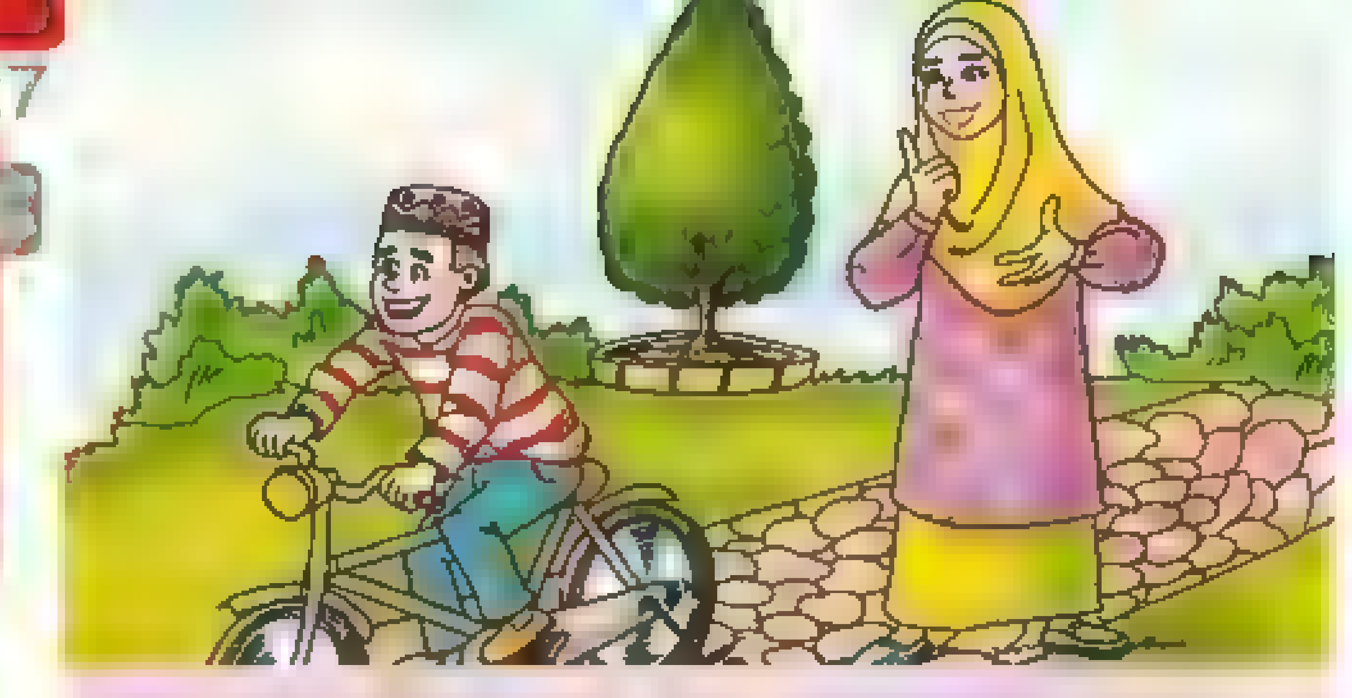


حاول أن تتذكر أن هدفك هو تعزيز الذات لاسيما
هدفك هو السيطرة لأن ذلك سيحكم عليك بالفشل حالا

4 لا تقدم اختيارات إلا في إطار الحدود التي تراها مقبولة وتأكد من ذلك وهذه طريقة عظيمة لتشجيع التعاون سلوكيا دون اللجوء للأوامر أو التهديدات

5 ثق في قدرة طفلك على اتخاذ القرارات السليمة حتى ولو لم يظهر أمامك دليل واضح على ذلك حتى الآن. قدم إليه اختيارات تعرف أنه يستطيع التعامل معها، وبينما تراه يكتسب مزيدا من الثقة والمهارة حاول أن تعمل على زيادة عدد ونوع الخيارات التي تطرحها أمامه، وعليك أن تحد من عدد الاختيارات التي تقوم بها من أجل طفلك (بدلا منه) حتى لو كنت على ثقة من أن اختيارك هذا هو الأفضل بالنسبة له.

د. مصطفى أبو سعد



6 اهتم بأن تعبر عن المواقف الطارئة على نحو إيجابي، فعليك أن تعد بنتائج إيجابية بمجرد أن أو عندما تنتهي من

7 اجعل ردود أفعالك موجهة نحو المكافأة والثواب، فمبدأ التركيز في العواقب على أنها النتائج الإيجابية سوف يعلم طفلك المعنى وخياراته السليمة والمراقبة بتنفيذ ما تم أن وعدته

8 تسعى عندئذ أن تحترم حاجات طفلك ورغباته، صحيح أن القرار الأخير سوف يكون في يديك في معظم المواقف، إلا أنه لابد أن تتذكر أن حاجاته ومشاعره ذات أهمية بالغة في هذا السياق

9 حاول أن تدرس شعورك بالتهديد أو عدم الأمان عندما يظهر طفلك بعض الاعتماد على الذات والمبادرة، افعل كل ما في استطاعتك لتتغلب على تلك المشاعر دون أن يكون لذلك أي تأثير على نمو طفلك

10 اسمح لطفلك أن يمر بخبرة أن يتحمل طفلك عواقب خياراته الخاطئة (بالطبع في المواقف التي لا تنطوي على ما يشكل خطورة على حياته) وذلك حتى تمنحه الفرصة ليتعلم من تلك الخبرات. اجعل طفلك يتحمل مسؤولية سلوكه واسمح له بفرصة تغيير تلك السلوكيات التي يراها غير مناسبة ولا تعمل لصالحه.

- إن الأطفال الذين يتحملون المسؤولية متعاونون، ليس حرصا على رضا شخص آخر أو تجنبا لرد فعله، بل لسبب آخر قد يكون الفضول أو الشعور بالرغبة عند الانجاز أو متعة التعلم، أو بهدف الوصول لاختيار ما على درجة من القيمة أو لنشاط مثير

- إن الأطفال المحترمين المسؤولين هم أبعد ما يكونون عن الضعف أمام أشياء معينة مثل ضغوط الأقران أو أن يلتمسوا في سلوكهم إسعاد الآخرين (وهم الأطفال الذين يحركهم رضا الآخرين وقبولهم) وعلى الرغم من أن الأطفال المسؤولين يهتمون بوجه عام برأي الآخرين وشعورهم واحتياجاتهم، إلا أنهم قادرون على صنع قرارات تنمي ومصلحتهم، حتى لو جعلهم هذا يتعرضون للسخرية أو الرفض



- يهتم الأطفال المسؤولون بدراسة الخيارات المتاحة لديهم بدلا من مجرد فعل ما يؤمرون به، فهم يميلون للتعاون على نحو أكثر وعيا من (مسعدي الآخرين) ولدراسة الخيارات المتعددة بدلا من الاختيار الآلي لتجنب الصراع أو ردود الأفعال السلبية من الآخرين.

- ليس من صفات الأطفال المسؤولين إلقاء اللوم على الآخرين او على الاختيارات المتاحة. فقد يقدمون على اختيارات خاطئة، لكن ذلك سوف يرجع عادة الى نقص الخبرة او الافتقار الى الحكمة

- يثق الأطفال المسؤولون بقراراتهم وبقدرتهم على العناية بأنفسهم دون مغامرة أو مخاطرة فقط حتى يتمكنوا من التغلب على تجاهل شخص آخر او سخريته منهم ويرى أنهم قادرون على فهم حاجاتهم الشخصية والتعبير عنها، كما أنهم يؤمنون بقدرتهم على التأثير والتحكم في حياتهم.

- يستطيع الأطفال المسؤولون الربط بين سلوكهم وعواقب هذا السلوك

فالعواقب السلبية يمكن ان تكون نتيجة لاختياراتهم وليست نتيجة خطأ اقترفه شخص آخر دونهم

- يميل الأطفال المسؤولون الى تنمية مهارات صنع القرارات الحسنة، ذلك لأنهم قد تمرسوا على معرفة الاختيارات المتاحة والتنبؤ بنتائج كل اختيار يقدمون عليه وصنع الخيارات وتحمل عواقبها.

- لا ينتظر الأطفال المسؤولون بالضرورة على سلطة لتمنحهم التحفيز اللازم، فغالبا ما يميلون للتوجيه الذاتي والقيام بالمبادرة اكثر من مجرد الانتظار لتلقي التعليمات بشأن ما ينبغي عليهم فعله

- قد يواجه الأطفال المسؤولون صراعا بين رغباتهم ورغبات شخص آخر لكنهم يستطيعون عادة التفاوض للوصول الى حلول تضمن لهم الفوز فيتمكنون من حسم الصراع دون التصرف على نحو سلبي او مدمر

د. جون بلوشابي (PMEC).



اضربيني ولا

الموضوع غريب نوعا ما وقد يكون مضحكا ولكنني بدأت أعاني منه كثيرا وهو باختصار يتعلق بزوجتي (٣٠ عاما) وابنتي (٤-٥ سنة)، ومن باب الأمانة أقول بأن زوجتي كانت تمضي وقتا طويلا مع ابنتها وتلاعبها وتقرأ لها القصص وتخرج معها كل يوم تقريبا إلى الحدائق أو المسرحيات أو المكتبة ولا يكاد يخلو يوم من نشاط ما

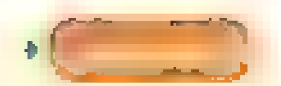
ولكن مشكلتها أنها عصبية نوعا ما فمثلا عندما تقوم بإلباس ابنتها الملابس أو تمشيط شعرها فقد تتحرك البنت، إما لأنها تشعر ببعض المضايقة في جسمها أو بدافع الدلال أو الدلع فتثور ثائرة الأم وتبدأ بالصراخ عليها وأحيانا تبكي الصغيرة

ومن باب الأمانة أيضا أقول بأن زوجتي لا تضرب ابنتها أبدا فإذا أرادت أن تعاقبها فإنها تحرمها من شيء تحبه كقراءة القصص أو الحديقة ولكن مشكلتها في الصراخ علما بأن البنت إذا تصرفت تصرفا لا يعجبها تبدأ في البكاء أحيانا قبل أن يتكلم معها أحد

المهم أنه في الفترة الأخيرة بدأت الزوجة تقول لي بأنني بدأت أكرهها وأن البنت غير منسجمة في كلماتها معها مع أمها وتقول بأنه رغم جهدها العظيم معها فإن البنت لا تحبها وتقول لي زوجتي أحيانا لماذا تحبك البنت؟ رغم أنك لا تخرج معها وعندما نسألها من تحبين؟ تقول أحب بابا أكثر واحد رغم عدم إعطائه الوقت الكافي لها كما أفعل (كما تقول الزوجة)

كما أن البنت تخطئ أحيانا ثم تعتذر ولكنها تعود مرة ثانية وثالثة لارتكاب الخطأ نفسه لا أدري حقيقة ماذا أقول؟ فالوضع يزداد سوءا يوما بعد يوم و أخشى أن يؤثر هذا الوضع على نفسية البنت وعلى علاقتها بأمها وأدعو الله من كل قلبي أن تكون بارة بها وبي فبماذا تنصحوني وبماذا تنصحون زوجتي؟ وجزاكم الله كل خير





الزوج الفاضل: السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، أهلاً بك وبحرصك الجميل على حسن علاقة طفلتك بوالدتها.

قد يبدو الأمر للوهلة الأولى مضحكاً وربما يستغرب البعض الأمر ليقول: وأين المشكلة؟ لكن الأمر يبدو مشهداً نموذجياً يصف ما نحاول دائماً التأكيد عليه من ضرورة التزام الهدوء في التربية، ذلك المطلب الذي يبدو لدى بعض المربين يعدّونه ضرباً من المستحيلات أو على حد قول أحد الآباء: التخلي عن الهواء ونعيش بدونها

واعذرني سيدي أن لم أبدأ الحديث عن كيفية عودة المياه إلى مجاريها بين زوجتك وطفلتكم، فهذا الأمر نتاج مشكلة رئيسة، ولهذا سأهتم بكشفه وعلاج هذه المشكلة الرئيسة.

أصرخ في وجه أمي ولا أدري لم تزداد سوءاً!؟

من المتوقع جداً أن تكون حالة البنت كما ذكرت، لأن الأم تمارس أسوأ أسلوب وأخطره على الإطلاق في تربية الأبناء، ألا وهو الصراخ، الأمر الذي يجعل كثيراً من الأطفال قد يلجأ إلى أن يرفع شعار: اضربني ولا تصرخ بوجهي!!

إن الصراخ يعد أخطر على نفسية الطفل من أي أسلوب عقابي آخر فهو طريق لما يلي:

- إهانة الطفل: الصراخ إهانة للطفل ومس بكرامته
- تحطيم لمعنوياته
- تشكيك في قدراته الذاتية
- سحب للثقة بالنفس.
- تدمير للعلاقة الإنسانية بين الطرفين.





الفصل الرابع

أثر الكلام على معنويات الطفل

ابني يغضب بسبب السخرية

أمي.. الأطفال يستهزئون بي في المدرسة وينادونني بالدب

هذه الكلمات التي أسمعها يوميا من ابني وهو منكسر الرأس محطم المعنويات.. وقعت في حيرة وحدة بتغيير مدرسته مرتين.. ولكن دون جدوى.. ماذا أفعل؟

وكيف أتصرف مع ابني الذي يبلغ من العمر ١٢ سنة؟





إن أهم خطوة ينبغي التركيز عليها في بداية معالجتك لآثار ما يتعرض له ابنك الطفل من أهمية الكلام الذي يسمعه من زملائه بالمدرسة وعدم إظهار تأثرك بما يحكي لك.. لا تبرزي مشاعر غضبك وسخطك.. بل قابلي شكواه بنوع من البرود الهادف إلى التقليل من الأمر واحتقار ما يقوله الزملاء.

إن إظهار تأثرك وإبراز مشاعرك وتعاطفك سواء لفظا أو بلغة الجسم وملامح الوجه.. سوف يقوي لدى ابنك مشاعر الإحباط والألم الناتجة عن السخرية وبالتالي يفقده ثقته بنفسه ويبدأ في رحلة تعدم الضعف الذاتي.. التي تحول حياة الإنسان إلى سلسلة من المشكلات مع النفس والذات

[illegible]

1 [illegible]

إذا استطعت أن تصلي مع ابنك إلى تصحيحه ودفعه ليبدأ هو النظر إلى جسمه بشكل مرح ... ويكون خفف عنه ثار سخرية زملائه وقلل من قلقه وخوفه، فستصلين معه إن شاء الله إلى مرحلة التقبل الذاتي والرضا بالذات. وتتمثل قيمة هذه الاستهزاءات من خلال أمثلة عن بعض الصالحين وغيرهم ممن كانت صفاتهم أسماء لهم (الأعمش، ذو اليدين). (أتعيب الخلق أم الخالق؟)

2 [illegible]

شجعي ابنك على تقدير ذاته وحبها والاعتزاز بالنفس والدفاع عنها وحمايتها من التوتر والغضب الناجم عن تعليقات الآخرين وسخريتهم، وهذا يتم بالحوار وتشجيع الاهتمام بالنفس لدى ابنك.

3 [illegible]

أطلقي حسن الأوصاف على ابنك وامدحيه بما فيه من إيجابيات ولا تتوقفي عنه، أعطه صورة إيجابية عن ذاته من خلال الإيحاء المستمر مثل وصفه بالذكاء والقوة والصبر والجمال والأمانة والصدق والتفوق.

إن تكرار هذه الصفات تساعد ابنك على تبنيها والاقتناع بها وبالتالي تشكيل صورة إيجابية عن ذاته تجعله يعتز بها ويفتخر ولا يشعر بأي حرج مع ذاته شكله وجسمه ووزنه. إن الأبناء عموما والأطفال والمراهقين بالدرجة الأولى يشعرون بنموهم وتميزهم بأنفسهم حيث تكون صورتهم عن ذاتهم إيجابية ترتكز على حسناتهم وإيجابياتهم.

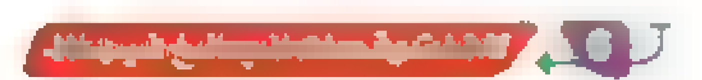
4 [illegible]

إن الطفل الذي ينشأ وحاجاته النفسية مشبعة ينشأ على الثقة بالنفس والتقدير الذاتي والتقبل الذاتي مما يجعله محصنا من أثر ما قد يتعرض له من أحكام سلبية وسخرية وانتقاد.

ولذلك أشبعي لديه حاجات التقدير من حب ومدح واعتبار، وعبري عن مشاعر حبك له باستمرار، وامدحي خطواته وأعماله الإيجابية. واستشيريه في بعض قضايا الأسرة واجعليه يشعر بأهميته ووجوده بينكم.

إن ثقة ابنك بنفسه ستجعله يشعر بكونه وجماله الداخلي وهذا أهم خطوة في علاج آثار السخرية من غضب وإحباط ليصل ابنك إلى مستوى رؤيته في نفسه أهم من رأي الآخرين وهذا يأتي نتيجة الشعور بالجمال الداخلي والتقدير الذاتي والثقة بالنفس والأهم من هذا أن الصورة الذهنية الجميلة التي لدى الطفل عن ذاته لن تكون قابلة للتحطيم أو التأثر بالمؤثرات الخارجية وهذا يعني أن ابنك وصل إلى درجة من الثقة بالنفس عالية لأنه يشعر أنه محبوب مقبول معتبر داخل أسرته ومن لدن أهم الرموز في حياته (الوالدين)

يمكن أن ينفعل من سخرية أقرانه ولكن الانفعالة لا تصل إلى درجة التأثير على الصورة الإيجابية الداخلية لديه عن ذاته... ويترتب على ذلك شيء مهم وهو أنه سوف يتصرف ويرد على سخرية أقرانه لكن ليس من باب الشعور بالنقص والضعف ولكن من باب الدفاع عن الذات وحمايتها والاعتزاز بها وهذا يقوي شخصيته باستمرار ويكون تأثيره إيجابيا على مكونات شخصيته



أحيانا توقعات الوالدين تحاصر الابن بمواصفات الكمال ويتم مهاجمة الطفل يوميا لتعديل سلوكه مما يجعله يصاب بالإحباط وهو يرى نفسه غير قادر على إرضاء رغبات والديه وهذا من شأنه أن يضعف الطفل ويضعف مقاومته الداخلية ومما يؤدي إلى تشكيل صورة سلبية لدى الطفل عن ذاته

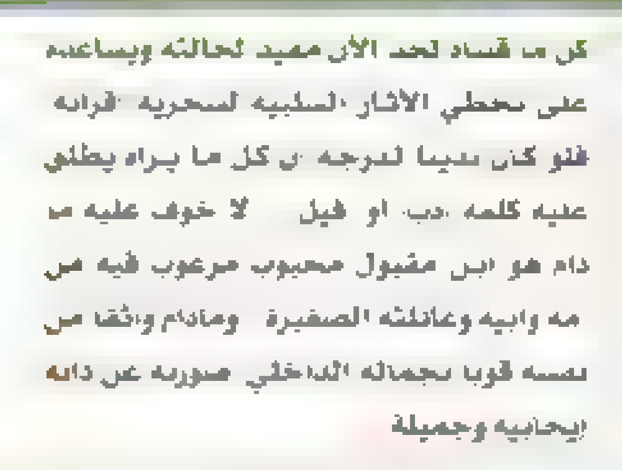
لذلك أخشى من المحتمل أن الابن المراهق الذي تعرض في طفولته لهذه التوقعات المبالغ فيها من الوالدين يكون لقمة سائغة لسخرية زملائه لأن مثل هذه التربية تنشئ أبناء يتسمون بالهشاشة ومستعدين للسقوط أمام أول هجوم خارجي.



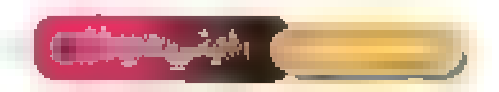
١ المربون يسعى ان يتخلصو من أساليب تحطيم المعنويات لدى الأطفال من مقارنات وتوقعات ضخمه والسلوك لكمال المطلوب لدى الطفل

٢ يسعى لتقويه الثقه بالنفس ونصب من خلال ابراز صورتهم الإيجابيه عن انفسهم وعدحهم

٣ تنميه الاطفال على قيمه الجمال وأهميه الجمال في حياة الإنسان وملامح الجمال المتعدده جمال العقيده وجمال الروح وجمال الاخلاق وجمال العلم والتفوق والنجاح والنظافة جمال الحب وجمال العلاقات الاجتماعيه وجمال الكون والطبيعه والورود جمال المشاعر وجمال الحياة جمال الجنة ومن فيها ان قيم الجمال التي نشيع بها الطفل ستكون لديه حصيله كبيرة لمقاييس الجمال الحقيقي وستجعل منه انسانا يشعر بغنى كبير كونه يمتلك جمالا كبيرا في شخصيته واخلاقه ومعتقداته ومشاعره وتفوقه ونجاحه وعلاقاته وايمانه بالله وهذا من شأنه ان يملأ كيانه جمالا داخليا يحميه من سخريه اقرانه بشكله او وزنه فهو ليس الجمال كله بل جزء منه

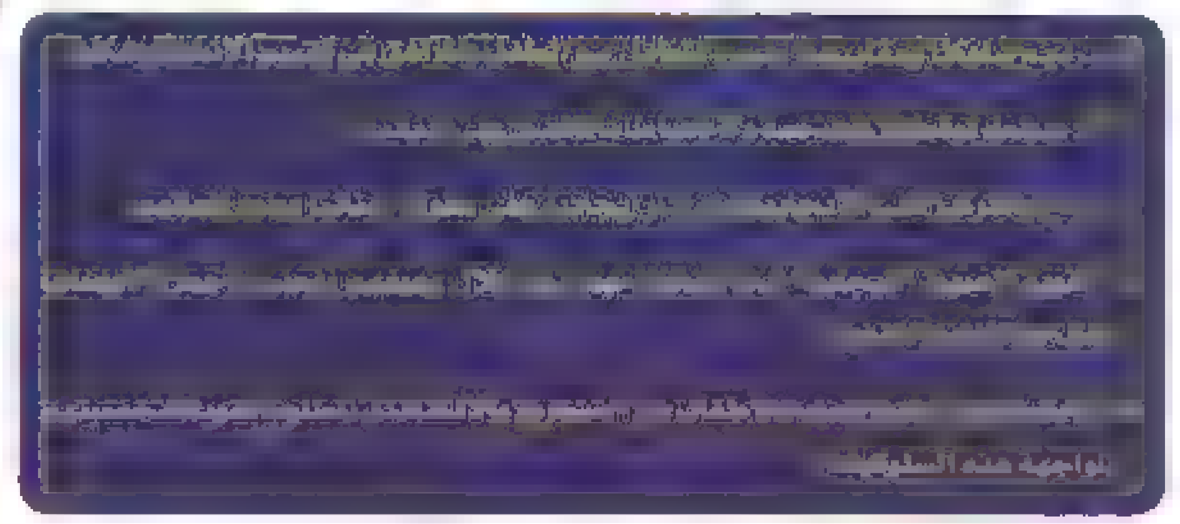


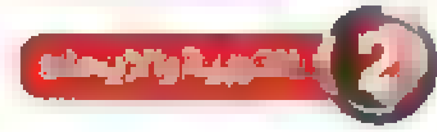
كل من قساه لحد الآن معيد لحالته ويساعده على تخطي الآثار السلبية لسخرية قرانه فلو كان نبيها لتوجه ن كل ما يراه يطلق عليه كلمة دب او فيل لا خوف عليه م دام هو ابن مقبول محبوب مرغوب فيه من مه وابيه وعائلته الصغيرة ومادام واثقا من نفسه قويا بجماله الداخلي صورته عن ذاته إيجابية وجميلة



جاءتني ام تعاني من حالة ابنك ذاتها فالكل ينادي ابنها (الفيل) و(الدب) وهو يرفض الذهاب الى المدرسة لئلا يتعرض لسخرية اقرانه و بعد الحوار مع امه وتحدثت معها حول ما اوردته سابقا قلت لها وابنها يسمع ان الامر سهل وبسيط وسيكلفك (قلتها (مبلغا زهيدا) فنظر الي باستغراب وان اقول له احمل مرآة صغيرة في حقيبتك و جيبك واذا سمعت احدا يقول فيل دب اخرجها و نظر للمرآة وقل له لا لست فيلا ولا دبا بل هذا وجه جميل خلقه الله ومنحني اياه الحمد لله الذي حسن خلقي وخلقي و بتسم واقتنع الابن بهذه الفكرة وطبقها في اول يوم وتخلص من زملائه الساخرين لانهم توقفوا بعد ان راوا عدم جدوى سخريتهم وتخلص هو من اثار السخرية لانه توجه لجمال خلقه ومصوره خالقه وبدا يشكل صورة ايجابية عن ذاته

بل تعدى هذا وعمل باقتراح المرحلة عينه وهو شراء حبل طويل والدخول في مسابقات جر الحبل وكان ينتصر دائما وبهذا تقبل ذاته اولا ثم انتقل الى الشعور بقوة ما يملك فهذا الوزن الزائد اصبح نقطة قوة لديه





سؤال: هل كلمات [illegible] لها تأثير على مستقبلهم؟



يمتلئ عقل الطفل عادة بالأسئلة وربما كان معظم هذه الأسئلة يدور حول: من أنا؟ وأي نوع من الأشخاص أنا؟، وأين مكاني؟.

هذه أسئلة تعريف الذات أو الهوية التي نبني عليها حياتنا عندما نكبر والتي نستمد منها جميع قراراتنا المهمة. ولذلك فإن عقل الطفل يتأثر بدرجة ملحوظة بعبارات تبدأ بكلمة «أنت».

وسواء أكانت الرسالة «أنت كسول جدا» أم «أنت طفل رائع»، فإن هذه العبارات التي نطلقها نحن الكبار المهمون سوف تتسرب ببطء إلى أعماق لاوعي الطفل. ولقد سمعت كبارا عديدين يسترجعون في أثناء الأزمات التي يتعرضون لها في حياتهم ما قيل لهم في طفولتهم: «أنا عديم الفائدة» «أعرف أنني كذلك». يميل بعض علماء النفس، مثل العديد من أصحاب المهن المعروفين، إلى تعقيد الأمور شيئا ما، فيطلقون على هذه العبارات اسم «خصال».

وهذه الخصال تتنامى مرة بعد مرة في حياتنا عندما نكبر

إن الأطفال يفكرون دائماً بالأسماء التي تقال لهم ويفحصون مدى دقتها. لكن ربما لا يكون لديهم مقاربات، ففي بعض الأحيان يكون جميعهم كسالى، غير منظمين، كثيري النسيان، مؤذين، وهلم جرا.

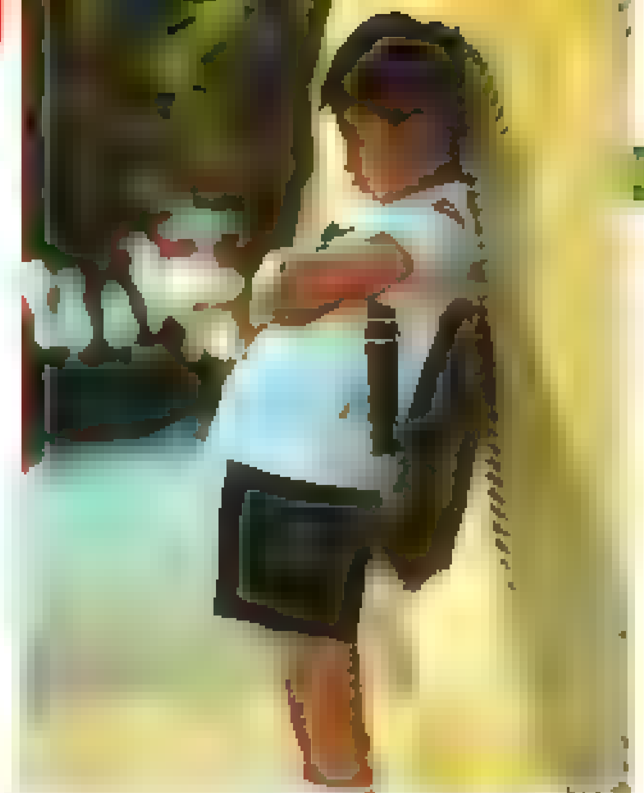
يعتقد الأطفال أن الكبار يعرفون كل شيء وأنهم يستطيعون قراءة ما في ذهنك، ولذلك عندما تقول للطفل «أنت أخرق» يعتقد بصحته ويصبح أخرق. كما أن الطفل الذي يقال له «أنت مشاكس» يشعر أنه مرفوض ويفقد الطمأنينة كما يفعل المشاغب تماماً، والطفل الذي يقال له «أنت غبي» قد يرفض ذلك بعنف ظاهرياً، لكنه في داخله يوافق بأسى على ذلك، فأنت الكبير الراشد، ولذلك يجب أن تكون مصيباً.

إن رسائلك فعالة على مستويي الوعي واللاوعي، فإنه من المهم عملياً على أن ننتبه إلى أن الأطفال يصفوا أنفسهم، وكأنهم يقولون أشياء كهذه: «أنا طفل سيئ» «أنا مزعج».

وبرغم أن آخرين سوف يظهرون أدلة على «ذكائهم وحسنهم» يقول أبي وأمي إنهم يحبانني لكني لا أصدق ذلك، فهم يسمعون هذه الأسماء ويعيهم هذه الكلمات، لكنهم في لا وعيهم يسمعون «أو يرون» ويشعرون المشاعر التي تختبئ خلف الكلمات

إن الأمر كله يتلخص في الطريقة التي نقول بها الكلمات، فنحن باستطاعتنا أن نختار هذا القول لأطفالنا: «أنا غاضب منك وأريدك أن ترتب الغرفة الآن» دون أن تخشى أية آثار لحديثك على المدى الطويل. أما إذا قلت: «أنت أيها المزعج الكسول، لماذا دائماً لا تفعل ما نطلب إليك؟» وكررت هذه الرسالة كلما حدث نزاع أو خلاف، عندئذ لن تكون النتيجة مفاجئة لأحد.

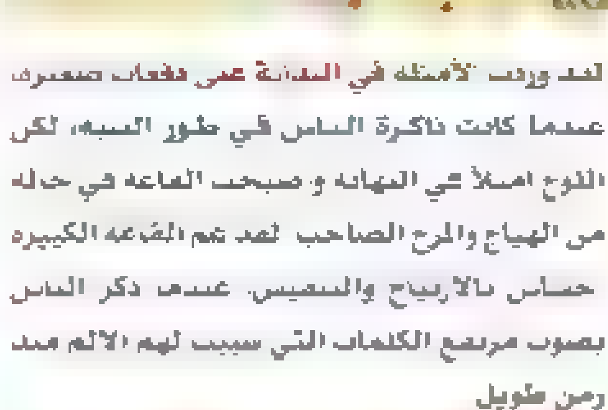
لا تتظاهر أنك سعيد أو هادئ ومحب عندما تشعر أنك لست كذلك - لأن ذلك مربك للأطفال وقد يصيبهم بالالتباس والتشوش. يجب أن تكون مشاعرنا صادقة ونابعة في الوقت نفسه عن فهم الأطفال واحتياجاتهم، حيث أن باستطاعة الطفل أن يتقبل «أنا حقاً متعب اليوم» أو «أنا الآن غاضب جداً...» ولا سيما إذا تماشى هذا مع ما يلمسونه بالفعل، وهذا يجعلهم يدركون أنك أنت بشر أيضاً، وهو شيء جيد



تحدثت ذات مرة في أحد قاعات الجامعة وسألت الحاضرين أن يتذكروا رسالات ... التي سمعوها عندما كانوا أطفالاً وقد كتبت على اللوح الأسود ما ذكروه فكانت هذه القائمة

- أنت كسول بليد وغبي
- أنت مجرد فتاة مزعجة
- أنت صغير جداً لتفهم ذلك
- أنت أناني مغفل
- أنت حشرة ضارة قذرة
- سهور لا تراعي مشاعر الآخرين
- دائماً متأخر وجشع
- سيئ الطبع متقلب المزاج ومزعج
- عديم الحيوية، مخبول
- تصيب أهلك بالمرض
- غير ناضج بسع
- تماماً مثل والدك

وعلى هذا المنوال



لقد وردت الأمثلة في القائمة على دفعات متعرف عندما كانت ذاكرة الناس في طور النسيان، لكن اللوح امتلأ في النهاية وأصبحت القاعة في حالة من الهياج والمرح الصاخب. لقد تم القاعة الكبيرة حماس بالارتياح والتنفيس. عندما ذكر الناس بصوت مرتفع الكلمات التي سببت لهم الآلام منذ زمن طويل



السماع والشفاهية: هذه القصة ورتها إحدى ...

أجريت لطفلة عملية استئصال اللوزتين. وعندما عادت من غرفة العمليات إلى جناحها كان النزيف لا يزال مستمرا دون توقف. أسمعت الدكتورة ساتير إلى الهيئة الطبية المعنية بفحص الجروح النازفة في حلق الطفلة.

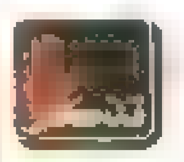
فجاءت سألت الدكتورة ساتير عما حدث في أثناء إجراء العملية.

. كنا قد انتهينا للتو من إجراء عملية سرطان في حلق سيدة عجوز

- وهمّ كنتم تتحدثون؟
- عن تلك العملية. وكيف أنه ليس أمام صاحبتها فرصة كبيرة للنجاة. كان هناك تلف كثير. عمل عقل الدكتورة ساتير بسرعة. رات الطفلة الخاضعة لعملية روتينية بسيطة. وهي تحت البنج العمومي والأطباء يتحدثون عن المريضة السابقة. ليس أمامها فرصة كبيرة للنجاح. وهي حالة سيئة تماما.

طلبت أن تعاد الطفلة بسرعة إلى غرفة العمليات. وأرشدت الأطباء إلى أن يستعي ... قوله

توقف النزف، وانتهى مفعول التخدير، وعادت الطفلة في اليوم التالي إلى منزلها





التعصب على الأطفال أو بسببهم ليس أمرا خطيرا سيئا في الغالب . وقد يكون مشروعا التعصب في الدين أو التربية التوجيهية والأطفال بحاجة لأن يتعاملوا بطريقة آمنة إن المرء يمكن أن يتعصب وأن يفرغ توتره ويكون مسموعا ومطاعا إن نوبة التعصب تستمر ٢٠ ثانية وتكون في معظمها صراخا والمشكلة تبرز عندما تكون الرسالة الإيجابية (مثل: الرائع (نحن نحبك)، (سوف نعتني بك)) غير موثوقة أو ليست بالقوة نفسها ورغم أننا نعرف هذه الأمور إلا أننا في الغالب لا نعمل بموجبها

كل طفل تعرض لتعصب غير أن أطفالا كثيرين لا يعرفون هذه الحقيقة بل وسوف العديد من الراشدين وهم ما زالوا يعتقدون أنهم كانوا مصدر إزعاج و إحباط لوالديهم ولعل من أهم مفاتيح العلاج في الأمور العائلية لحظة يتم تبديد هذا اللبس وسوء الفهم وفي الأوقات التي تتزعزع فيها حياة الطفل عندما ترزق الأسرة بطفل جديد أو عندما تتحطم رابطة الزواج أو عندما يحدث فشل في المدرسة أو رسوب أو عندما لا يجد المراهق المتفائل عملا يعمله يصبح من المهم تقديم رسالات إيجابية معززة توضع اليد على الكتف وبعبارة حانية مهما حدث أنت عزيز ومهم بالنسبة إلينا ونحن نعرف أنك رائع عظيم





الكلمات الإيجابية تصنع أطفالاً متفوقين

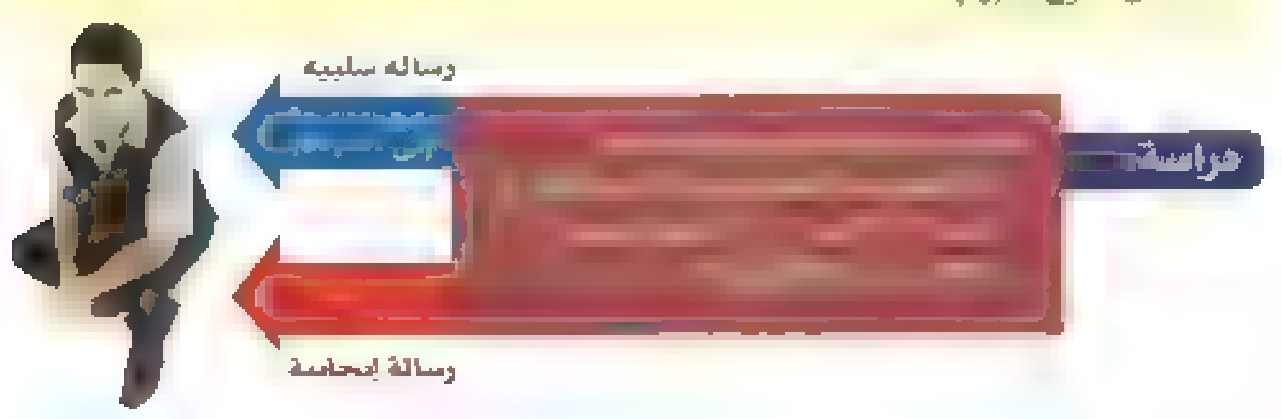
ليس المدح أو القمع هما اللذان يحددان مستوى ثقة الطفل بنفسه فحسب، إذ هناك طرائق أخرى مهمة نبرمج بمقتضاها أطفالنا، لا سيما من خلال طريقة إعطائنا للمعلومات والأوامر، عن طريق الاختيار الإيجابي أو السلبي للكلمات.

نحن الراشدين، نوجه سلوكنا ومشاعرنا بوساطة المحادثة الذاتية، أي الثرثرة التي تدور داخل رؤوسنا مثل: «ينبغي عدم نسيان تأمين السيارة»، «يا للغرابة، لقد نسيت محفظتي»، «لقد بدأت أنسى!».

ويميز علماء النفس من المعروفات بين كيفية محادثة النفس لدى الناس السعداء من جهة والتعساء من جهة أخرى، ومحادثة الذات أمر يتم تعلمه مباشرة من الوالدين أو المعلمين.

ولذلك فمع أطفالك، هناك فرصة كبيرة لتقديم كل أنواع الكلمات الإيجابية المفيدة التي يستطيع طفلك بسببها أن يصبح حراً متشجعاً ومرتاحاً من ذاته في الحياة.

يتعلم الأطفال كيف يوجهون وينظمون أنفسهم ذاتياً من طريقة كلامنا في توجيههم وتعليمهم، ولذا فمن التحدي أن يتم ذلك بشكل إيجابي، فمثلاً باستطاعتنا أن نقول للطفل: بالله عليك لا تشاجر اليوم مع أحد في المدرسة! أو نقول: بودك أن تقضي وقتاً ممتعاً في المدرسة والعب فقط مع الأطفال الذين تحبهم.



د. مصطفى أبو سعد

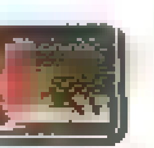
- إنك لن تصلح أبدا لأي شيء.
- لكم أتمنى لو لم أنجبك أو إنك لم تكن موجوداً.
- كيف يمكن أن تكون بهذا الغباء
- إنك عديم الفائدة.
- لا يمكنني احتمالك
- إذا لم تصلح من نفسك فسوف أعهد بك إلى دار رعاية الأطفال
- إنك لن تصبح طالبا في الجامعة أبدا
- إنك كاذب
- إنك لن تصلح لذلك أبدا
- لماذا لا تصبح مثل أخيك أو أختك.
- إنك سمين وقبيح
- إن لك شخصية سيئة لا تتناسب إلا مع إنسان أحمق مثلك
- ينبغي أن نرى الأطفال لا أن نسمعهم
- ينبغي أن تكون سعيدا فهذه هي أفضل فترة في حياتك
- لولاك ما كنت أنا ووالدك نسعى للحصول على الطلاق
- لقد كنا دائما نحب زوجة والدك الأولى أكثر من والدتك وطالما تمنينا أنه لم يتزوج والدتك أبدا
- إذا فعلت ذلك، فإنك لست ابني.
- افعل ما أقول لك وليس ما أفعله
- لماذا تكون أنت ولدي من بين جميع الناس.
- إن أقصر طفل في الفصل لديك قامة أكبر من معظم أقرانه
- آسف إنك لم تحقق فوزا لكننا كنا نريد الفوز بالجائزة
- أحبك، لكن



د. مصطفى أبو سعد

30

- أحبك
- كم أحبك
- إنك إنسان طيب.
- يمكنك أن تعمل أي شيء تختاره
- إنك شديد الذكاء
- إني سعيد أن الله رزقني بك
- إنك متميز جداً
- عندما تعقد العزم على أن تعمل أي شيء، عليك أن تلتزم بذلك دائماً
- أنت رقم واحد.
- خالص تهنئتي [illegible] فعلاً
- يمكنك الذهاب فلن أشعر بالقلق عليك
- إنك جميل
- إنك تضيف الكثير لهذه الأسرة
- إنك ممتاز فعلاً في
- إني أحبك كما أنت
- ما شعورك نحو هذا الأمر؟ أو ما رأيك؟
- إنني أكن لك كل التقدير والاحترام.
- إنك أكثر تحملاً للمسؤولية من كثير من الكبار الذين أعرفهم
- إنك سوف تتمكن من تحقيق كل أحلامك بفضل شخصيتك الرائعة
- لقد قمت بعمل رائع! إني فخور بك
- إني سعيد لأنه يمكن الاعتماد عليك.
- أنا ووالدتك نحبك منذ لحظة خروجك للحياة، وحبنا لك لن يتوقف أبداً
- إن أكتافك تحمل رأساً عظيماً ومفكراً
- إنك تمتلك مواهب لا حد لها
- إنني أومن بك
- إن صحبتك ممتعة
- إنني معجب بك حقاً
- إن عملك الشاق قد أتى بثماره
- إنني أقدرك كل التقدير
- إنني محظوظ لمعرفتك



إن التقدير الصادق لا يأتي وفقاً لجدول أو تخطيط مسبق وبدون أي محاولة لتغيير سلوك الطفل أو التحكم فيه. إن ملحوظات الكبار المقربين من الطفل تصبح جزءاً من نظام عقيدة الطفل وإيمانه وإدراكه لذاته، وهي بالفعل قادرة على التأثير في الطريقة التي ينمو بها



1. إن أهم شيء هو أن تتذكر أن تقولها لطفلك، وتقولها على نحو متكرر (فلا يحدث مثلاً أن تقول لابنك: لقد قلت لك إنني أحببتك عام ١٩٩٤م فهذا ليس مثل الذهاب للطبيب الأسنان مرتين كل عام!).

2. تذكر أن قول «أحبك» يختلف كثيراً عن الشعور بالحب أو الإقدام على أفعال تعبر عن الحب (مثل التكفل بطعامك وشراء حاجاته وغسيل ملابسه)، فالأطفال يحتاجون إلى الشعور بالحب بطرق مختلفة بما في ذلك أن يقال لهم إنهم موضع الحب والاهتمام.

3. لا تتوقع من طفلك أن يرد عليك قائلاً «وأنا أحبك أيضاً»، فعليك أن تخبره بحبك بدافع رغبتك في ذلك ولأن هذه هي مشاعرك نحوه.

4. تجنب أن تقوم بالربط بين قول «أحبك» وشيء قام طفلك بعمله «أحبك عندما ...» تذكر دائماً أن «أحبك» عبارة مفيدة كاملة الأركان وعليك أن تجعلها غير متضمنة بقيد أو شرط.

5. لو وجدت أنه من الصعب عليك قول «أحبك» اكتبها على ورقة وضعها بجانب وسادة طفلك (تذكرت إحدى الأمهات أنها تمرنت على قول «أحبك» إلى حيوان أليف أولاً قبل أن تجد لديها الشجاعة لقولها لأطفالها!)

6. إن استخدام عبارة «أحبك» كلمة لكي تجعلها مخيرة وتوحي بالتحايل. لا تستخدم عبارة «أحبك» لتهدئة المناخ قبل عرض مشكلة تحتاج للمواجهة. عليك فقط أن تطلب السلوك الذي تريده أو تعبر عن السلوك الذي لا ترغبه.

7. إن عبارة «أحبك» شخصية وخاصة جداً، ومن شأن إعلانها إلى طفلك أمام أصدقائه أن يثير حرج الحاضرين، خاصة في مراحل عمرية معينة (وهذه حقيقة سيئة).

8. انظر في المرآة وقل «أحبك» لنفسك (دون ضحك)، عليك أن تقولها بصوت مرتفع واستمر في ذلك حتى تستطيع أن تقولها دون ضحك أو خجل عندما تشعر أنك تعنيها فعلاً.



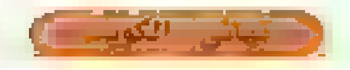
إن أفضل نصيحة أتوجه بها إلى الآباء هي ألا تفوتهم فرصة يشعرون فيها أطفالهم أنهم يحبونهم، عليهم أن يحرصوا على ملامستهم والترحيب بهم واحتضانهم في كل وقت، وألا يفترقوا عنهم أبداً إلا على عبارة «أحبك».

د. مصطفى أبو سعد

الفصل الخامس

1 أبي دوما خارج البيت

... استشارته واختصاصية نفسية وكثيرا ما تواجهني أسئلة الأمهات عن أزواج غائبين عن الأسرة وعن توجيه الأبناء؟ إلى أي حد يؤثر هذا الغياب على تربية الأبناء؟ وكيف يمكن للأم تعويض هذا الغياب؟



الجواب

إن احتمال تهميش الدور الوالدي يصدر دوما من تواصل سلبي ولذلك ينبغي رفع مستوى التواصل وجودته من خلال وسائل وأساليب إبداعية متجددة ومتنوعة في مهارة التعامل مع الأبناء

لا شك أن العائلة الممتدة و لواسعة خففت الكثير من أثر غياب أحد الوالدين بشكل مستمر أو مؤقت لأن الطفل غالبا كان يجد الصور الوالدية جاهزة لديه من خلال الجد والأعمام الذين كان يشكل حضورهم بجانب الطفل دعما إيجابيا تساعده في مراحل نموه ونمو شخصيته

حاليا وفي غياب هذا النوع من الأسر وظهور الأسرة النووية (الوالدين + الأبناء) الوضع مختلف تماما بالنسبة للأطفال مع غياب الوالد سواء بشكل مستمر و وجوده يوميا خارج البيت والعودة متأخرا و لسيء الأول الذي يعد معاناة ونقصا هو غياب الوالد (الغياب العمراني أولا)



أهمية حضو...

لا أحد يجادل أن رؤية الابن لأبيه من الأهمية بمكان لأنه يعطيه معلومات وقيما ومعتقدات عن دور الأب داخل الأسرة وبالتالي يمنحه فرصة لاكتساب وتعلم مهارات للتواصل مع الأب والتدرب على أدواره المستقبلية.

- ما الذي يحدث مع غياب الأب؟ إلى أي مدى يؤثر غياب الوالد في أدوار باقي أفراد الأسرة؟
- هل غياب الأب يؤدي إلى نقل أدوار تربوية كاملة للأم التي يتم توكيلها لأدوار جديدة في داخل الأسرة من مثل
  - أدوار تربوية.
  - أدوار إدارية (شراء احتياجات الأطفال، متابعة قضايا البيت ...)





الأم حاضرة ...

- في ظل حضور قوي ودائم للأم، يرتبط الابن بشكل كبير بالأم ويبني على هذا الارتباط آفاق تساهم في بناء وتحديد معالم شخصيته المستقبلية لأن ذكر وقته يمضيه بجانبها يلاحظ سلوكها ويسمع توجيهاتها وتصله مشاعرها وأحاسيسها
- ومن خلال الأم يقوم الطفل بخلق نوع من التوازن العاطفي والشعوري فهي التي يتوجه بطلباته لإشباع حاجاته النفسية (المحبة، الطمأنينة، الاعتبار، المدح، القبول، التأديب، الانتماء والقيم ...)

- ويمكننا أن نتصور إلى أي حد يمكن للأم أن تؤدي كل هذه الأدوار المادية والتربوية والنفسية والاجتماعية. وكم من الطاقة تحتاج الأم لتكون إيجابية وهي تؤدي هذه المهمات المتعددة المتنوعة. مهمات تحتاج للتحكم في الذات وضبط النفس وطاقة عصبية جسمية وعاطفية وروحية لتحسن التعامل إيجابيا مع أبنائها.

- لذا نجد أنه في غياب الأب تنشأ علاقة مستمرة وقوية بين الأم وأبنائها، علاقة ستؤثر بشكل كبير في تشكيل شخصية الطفل المستقبلية.

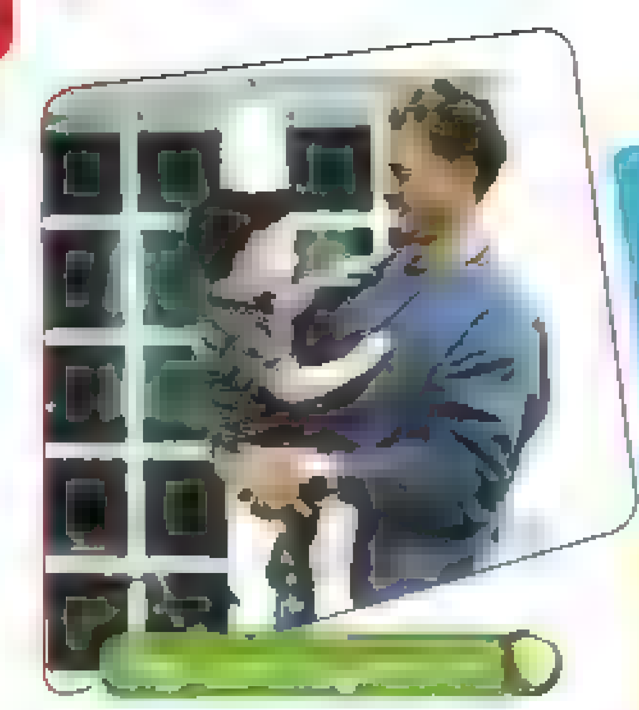
- هذا الارتباط القوي بين الأم والابن يؤثر سلبا على علاقة الابن بأبيه ويعطي صورة ذهنية لشخصية الأب لدى الطفل ولا يمكن أن نتحدث عن صورة سلبية للأب دائما.

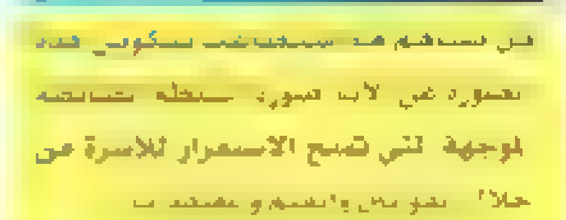


ما الدور الذي يمكن للأب القيام به أثناء وجوده بالبيت مهما قل هذا الوجود؟

- إن اختراق الأب للعلاقة المتينة بين الأم وأبنائها يصبح فعلا مهمة صعبة لأن وجوده ضمن البرنامج اليومي للأسرة ليس رئيسيا ولا أساسيا ولا يؤثر غيابه في هذا البرنامج. ولذلك سيكون الدور الأساسي للأب أثناء وجوده داخل الأسرة هو طرح القوانين والتي ينبغي احترامها داخل الأسرة وطرح نفسه سلطة ضابطة موجهة مصححة لمسيرة الأسرة. وهذا أول دور مهم للأب الغائب.

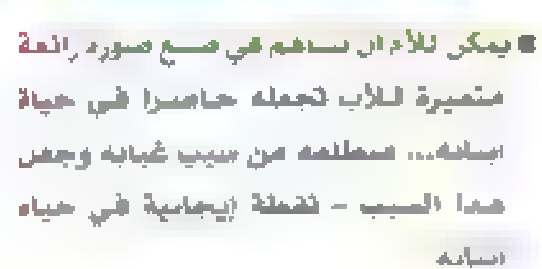
توجيه الأسرة وتصحيح مسيرة الحياة الأسرية وطرح القوانين التي ينبغي احترامها والمبادئ والقيم التي ينبغي الالتزام بها داخل الأسرة





في تساهم هذه ... سلوكي هذه الصورة عن الأب صورة ... متابعته الموجهة التي تمنح الاستمرار للأسرة عن خلال ... و ...

وفي كل الحالات وجود الأب أساسي ومهم مهما كانت طبيعة انشغالاته.. فهو حاضر ويمكنه التوجد بتوابيته ومتابعته المستمرة عن سير الحياة داخل الأسرة مهما ابتعد جسميا عن أسرته.. ومهم جدا للأسرة أن تعد الأب - مهما غاب - حاضرا من خلال عطائه وشخصيته الاعتبارية.. إن مجرد الحديث الهاتفي مع الطفل لدقائق معدودة تساهم في بقاء صورة الأب حاضرة.. وكتابة رسائل لأبنائه تسلمها الأم لهم أثناء غيابه كلها أشكال إيجابية بديلة لغياب الوالد.. إن هذه السلوكات البسيطة من شأنها تثبيت صورة إيجابية للأب الغائب وتأكيد حضوره داخل الأسرة مهما غاب جسده



- يمكن للأم أن تساهم في صنع صورة رائعة متميزة للأب تجعله حاضرا في حياة أبنائه... منطلقة من سبب غيابه وجعل هذا السبب - نقطة إيجابية في حياة أبنائه
- من مثل أبي يخدم بلده ووطنه لأنه دبلوماسي دائم السفر
- أبي يدافع عن أرضنا لأنه جندي على الحدود
- أبي رجل أعمال متميز يطوف العالم
- أبي مجد ومتعب ليوفر لنا مستوى معيشيا أفضل..
- أبي داعية إلى الله وقته يكرسه للخير وهداية الناس

د. مصطفى أبو سعد

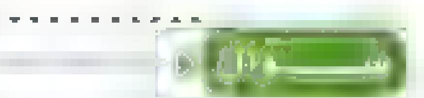


يمكن أن يكون الأب معرض لعملية تهميش وابعاد عن هذه دوره التربوي والنفسي والاجتماعي ويتعرض لعملية تجريده من هذه الأدوار الوالدية الأبوية

وإذا تم تجريد الأب نهائيا من أدواره التربوية فإن صورته التي سوف تتشكل لدى الأطفال عادة ما تكون سلبية وصورة الرجل الضعيف غير المبالي وغير المسؤول، وهذه تؤثر بشكل أو بآخر على تشكيل شخصية الطفل لمستقبله ويتحمل الأب مسؤولية قبوله هذا الوضع سواء لأنه وجده مريحا له أم عن ضعف لأن صورته لدى أبنائه ستكون مهتزة... مما يحرم الأبناء الذكور لا سيما من المثل التي يأخذونها منه في السلوك والأفكار، فأبواه إما أن يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه...!!

د. مصطفى أبو سعد





هل يمكن اعتماد الهدية أسلوبا تربويا؟ وهل ينبغي أن نشجع أبناءنا على العمل والجد من خلال الهدية؟ كيف نختار لأبنائنا الهدايا؟

منى الدويسان (اخصائية اجتماعية) الكويت

إن الهدية لغة للتواصل بين شخصين وتعبير عن مشاعر الحب والود بينهما



الهدية علامة ودليل على قوة الرابطة بين الوالدين و أبنائهما ومصداق وتأكيد للمشاعر الإيجابية الإنسانية التي تجمع بينهما. من هذه المنطلقات تثمن الهدية وتقدر غالية مهما كانت قيمتها المادية. هذا لا يعني أننا نضخم الهدية ونعطيها أكبر من حقها ونسبغ عليها بلا حدود وإنما قصدي التأكيد على قيمة التواصل الناتج من الهدية وليس على الشيء المهدى وقيمته وإنما على اللحظة التربوية الإيجابية التي يعيشها الطرفان.

غالبا عندما لا يتعلق الأمر بطفل رضيع فاختيار الهدية ونوعها يحدد شخصية من يمنحها ولذلك تكون الهدايا معبرة عن ذوق الكبار و اختياراتهم

وهذا ما عشناه جميعا ونحن صغار نتلقى الهدايا المختلفة التي تعبر عن أذواق مقدميها لا أذواقنا

إن الأب المثقف والأم المثقفة يميلان دوما إلى الهدايا ذات الطابع التربوي التي تنمي ذكاء الطفل وتكسبه مهارات حركية و ذهنية أو عاطفية (لعب تركيب - كتب - وسائل تلوين - أركان تنمية الحواس)

ينبغي التركيز دوما في اختيار الهدية على منفعة الابن وفوائدها التربوية ومراعاة للمواهب والميول التي نلاحظها على أبنائنا فلو كان الطفل ميالا للتجميع وهي سمة من سمات المبدعين فيمكن اختيار هدايا يمكن تجميعها ضمن إطار منظم من مثل السيارات الصغيرة والطوابع البريدية والنقود المعدنية

ويمكن اختيار الهدايا التي تثير فضول الطفل وتشبع حاجته للاكتشاف مما يتيح للطفل فرصا لاكتساب مهارات حياتية مهمة إضافة إلى إشباع حاجة النفس للترويح والمتعة

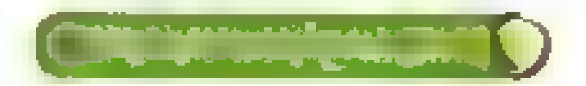
ينبغي إذن التركيز على إمكانية استغلال الطفل لهديته من الناحية التربوية (تنمية ذكاء - صبر - إصرار - عاطفة) أو من الناحية الترفيهية

ما قيمة الهدية

سؤال مهم ينبغي للمربي طرحه وتأكيده وهو ما قيمة الهدية التربوية؟

غالبا تأتي الهدية مكافأة على سلوك إيجابي من مثل تفوق دراسي، أو تفوق في عمل ما مثل حفظ أجزاء من القرآن وغيره. ويكون هذا الموقف التربوي اتفاق مسبق بين الوالدين وابنهما على شكل وعود للطفل ينبغي أن يلتزم بها الوالدان تشجيعا له ومكافأة على سلوكه الإيجابي.

الهدية فرصة مساعدة لأبنائنا للتغيير وقبول التوجيه من الوالدين..



إن أفضل لحظة للهدية هي تلك المفاجأة" للابن الذي يتلقى هدية بلا موعد ولا وعد ولا سلوك إيجابي ينتظر مكافأة عليه. وتعد أفضل لحظات الهدية لأنها تعبر عن قوة المشاعر والود والترابط بينهم. لذلك هدية المفاجأة تعد قوة تربوية وتعبيرا على الجانب العاطفي المشاعري بين الوالدين وأبنائهم. وتشعر الطفل المتلقي بأهميته وقيمته الذاتية.

إن عنصر المفاجأة في الهدية تشعر أبناءنا بما نقوم به من أجلهم وتطمئنهم لحبنا وتمنحهم الطمأنينة وتمنحنا نحن أيضا مجالا أوسع للإبداع والتميز في المهارات الوالدية. كما يمكننا استغلال هذه اللحظات تربويا وتوجيهيا.



التركيز في اختيار الهدية ينبغي أن يراعي:

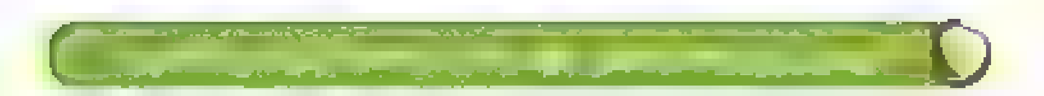
١. ملاءمتها لمرحلة النمو التي يمر بها الطفل وقدراته ومواهبه وميوله.

٢. منمية لجوانب شخصية الطفل الحركية والحسية والذهنية والعاطفية.

٣. تربوية هادفة.

٤. تساهم الهدية في تنمية اجتماعيته لا فصله عن الناس.

٥. تكون مرفهة عن الطفل.



التشجيع بالهدية من وسائل تقوية الصلة بين الآباء والأبناء لقوله ﷺ: «تهادوا تحابوا» وكان عليه الصلاة والسلام يمسح رؤوس الصبيان ويقبلهم، جاء في الصحيحين عن عائشة رضي الله عنها قالت: قبّل رسول الله ﷺ الحسن والحسين ابني علي، وعنده الأقرع بن حابس التميمي، فقال الأقرع: إن لي عشرة من الولد ما قبلت منهم أحدا قط، فنظر إليه رسول الله عليه الصلاة والسلام ثم قال: «من لا يَرحم لا يُرحم».

وكان عليه الصلاة والسلام يلاطف الأطفال فقد روى الطبراني عن جابر قال: دخلت على النبي ﷺ وهو يمشي على أربعة وعلى ظهره الحسن والحسين وهو يقول: نعم الجمل جملكما ونعم العدلان أنتما

٣ أبناؤنا في الهجرة والقرآن الكريم

لقد ذكرت في مجلة الفرقان العدد رقم ٤١١ للسنة الحادية عشرة تحت عنوان: المسجد ورسالته التربوية، الحلقة ٣٢ عن مكانة المسجد في تنشئة الأجيال وأثره على شخصية الإنسان المسلم. فبارك الله فيكم على هذه اللفتة القيمة وكم نحتاج هذا في بلاد الغرب حيث يمضي أولادنا معظم وقتهم في المدارس الحكومية

من هنا تبرز أهمية ارتباط أولادنا بحلقات تحفيظ القرآن الكريم في المراكز الإسلامية المنتشرة هنا على سبيل المثال في بريطانيا ولكني لاحظت أن بعض الإخوة المشرفين على تحفيظ القرآن يستعملون الضرب وأحيانا الضرب بقسوة أو العقوبة الجماعية حتى إنك لترى الطفل يبكي دون سبب ويتوسل له ولكن دون فائدة والأطفال الآخرون يجلسون مرعوبين وكأن على رؤوسهم الطير والعصي التي يستخدمها الأخ تكاد بطولها تصل إلى كل أنحاء الغرفة التي يدرس فيها ومن الغريب أن بعض الآباء راضين عن ذلك، لأنهم يرون أن الأطفال يحفظون أكثر عند الأخ الذي يستخدم الضرب مقارنة بالذي لا يستخدم العصا، فالغاية تبرر الوسيلة

لذلك تجد بعض الأطفال يبكون قبل دخول المركز خوفا من المعلم، ولكنهم يجبرون على ذلك وفي المقابل ترى الطفل مسرورا بذهابه إلى المدارس. هل الكتاب

الحجة عندهم في الضرب هو ما المعروف من الكتاتيب قديما حيث كان الشيخ يستعمل الضرب كنوع من العقوبة

فالسؤال هنا ما تأثير هذه الطريقة في التعليم على الأطفال من النواحي الآتية؟

١ التأثير النفسي على الطفل وربط تحفيظ القرآن بالضرب، وارتباط ذهابه إلى المدرسة العصرية باللعب والمرح

٢ التأثير على شخصية الطفل وتعامله مع المجتمع لحيرته بين نقيضين

٣ التأثير على شخصيته عندما يصبح شابا في المجتمع الغربي ألا يؤثر ذلك سلبا على طفله؟

أرجو إن أمكن الإجابة عن ذلك في عددكم القادم حتى تكون الفائدة عامة وجزاكم الله كل خير

أبو أنس – بريطانيا – مانشستر



إلى الأخ الفاضل نواس حفظه الله

لقد سرني اهتمامك بموضوع تربية أطفال المسلمين بالغرب، و لحرصك على المنهج السليم في تحصين شباب التربية الإسلامية. كما سرني حسك التربوي الواعي بمصادر التحديات التي تواجه أبناءنا من خلال الأساليب التربوية المتبعة في المدارس غير الإسلامية، وفي الوقت نفسه الذي وضع المدارس القرآنية التي تنفر الأطفال وترهبهم بدلا من أن تحبب إليهم كتاب الله والارتباط بالمسجد وحلقات تحفيظ القرآن الكريم.

إن أي عمل إسلامي بالغرب لا يهتم بتربية النشء المسلم وربطهم بكتاب الله عز وجل وسنة نبيه صلى الله عليه وسلم يعتبر عملا قاصرا ومخلا بأهدافه الخاصة، وأي مركز لا يحتوي على مدرسة إسلامية للأطفال ولو بشكل بسيط أو باستغلال قاعات الصلاة في غير أوقات الصلاة لتربية الأطفال وتعليمهم يعتبر في الحقيقة مركزا غير جدير بشرف الدعوة إلى الله في بلاد الغرب. ويكفي الاطلاع على أحوال الجالية المسلمة بأوروبا الغربية والتي تكثر فيها المراكز الإسلامية وتقل فيها المدارس القرآنية كيف انقلب أبناء المسلمين إلى منحرفين ومجرمين وتنكروا للإسلام وللآباء! بل ومنهم من أوصل أباه للمحاكم بدعوى مصادرة حرية الابن..

وسأحاول الإشارة إلى بعض الملاحظات حول موضوع استخدام الضرب في بعض المدارس القرآنية القائمة ببريطانيا، وبالله التوفيق.

د. مصطفى أبو سعد

الملاحظات حول موضوع استخدام الضرب

١- لا ينبغي إغفال حقيقة أساسية وهي أن الطفل بتلك الديار منهمك في المدارس العربية في العطلة الأسبوعية أيام الأسبوع، وبالنسبة للمدارس العربية هو في نهاية الأسبوع ويتحدد في أوقات راحة الطفل ووقته الخاص. وهذه حقيقة تترتب عليها قضايا كبيرة ومهمة.

٢- ينبغي إذا كان الأمر كذلك أن نجعل من لحظات زيارة الطفل للمسجد والمدرسة الإسلامية لحظات محببة لدى الطفل من خلال تشجيعه وترغيبه والثناء عليه ومكافأته ورفع معنوياته وتشويقه للبرامج التعليمية باللغة العربية.

٣- توفير الصحبة الصالحة من أبناء المسلمين وبناء علاقات صداقة فيما بينهم تعتبر حاجة نفسية وضرورة تربوية حتى لا يلجأ الطفل المسلم للأوساط غير المسلمين فيتأثر بسلوكياتهم وأخلاقهم.

٤- تنظيم برامج ترفيهية أسبوعية على هامش الحلقات التعليمية كالرحلات وزيارات بعض الحدائق والمنتزهات الطبيعية وتنظيم المسابقات الرياضية والثقافية تعتبر أساليب ناجحة لربط الطفل المسلم بالمسجد أو المركز الإسلامي.

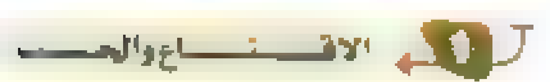
٥- استخدام العصا في هذه الأحوال تعتبر جريمة في حق أبناء الجالية المسلمة بالغرب لا سيما من قبل المحفظين والمراقبين وذلك للآثار السلبية على شخصية الطفل ونفسيته...

أ - ربط حفظ القرآن بالعقاب والعصي، وفي ذلك زرع لكراهية القرآن في نفوس الأطفال..

ب- استعمال العصي في المسجد مقابل الأساليب التشويقية المتبعة في المدارس الغربية يجعل الطفل يميل ولاء ومحبة وعاطفة للمدرس الغربي غير المسلم، ويكره المعلم المسلم. وفي ذلك بلاء عظيم لمستقبل الطفل وأخلاقه وفكره وعقيدته..

جـ- مقارنة الطفل بين الأسلوبين المتبعين في المدارس الغربية والإسلامية يجعل ميله للأولى ويغلب نوع التربية التي يتلقاها منها على حساب تربية المسجد

...



1. الاقتناع والحب

ليقبل الطفل على حفظ كتاب الله بإخلاص لابد أن يقتنع به ويحبه ويتم ذلك عن طريق الحديث المستمر مع الأطفال عن كتاب الله وأهمية حفظه ومقدار الثواب الذي يناله حافظه وقارئه، وهنا يجب أن يكون الأب والأم والمربي قدوة لأولادهم فيروهم متمسكين بكتاب الله ويحفظون منه ويجلسونهم بجانبهم ويقرؤون لهم

2. الشرح والتفسير

الاهتمام بشرح المعاني خلال تلاوة الآيات يفتح العقول والقلوب ويربط الفكر بكتاب الله والفهم يساعد على الحفظ وتخزين المعلومات

3. تخصيص مصحف لكل طفل

4. استعمال الأشرطة المسموعة لاسيما تلك الخاصة بتعليم الصغار

5. بث روح التنافس

فربط الطفل بحلقات تحفيظ القرآن يحقق كثيرا زرعا في نفسه روح التنافس مع غيره على الحفظ

6. التركيز على قصار السور

لاسيما السور المعالجة لقضايا العقيدة لربط حفظهم بتعليمهم أمور العقيدة المبنية على منهج سلفنا الصالح

7. المكافأة والإثابة، فهي عملية تحبب القرآن للطفل وتزيد ارتباطه به



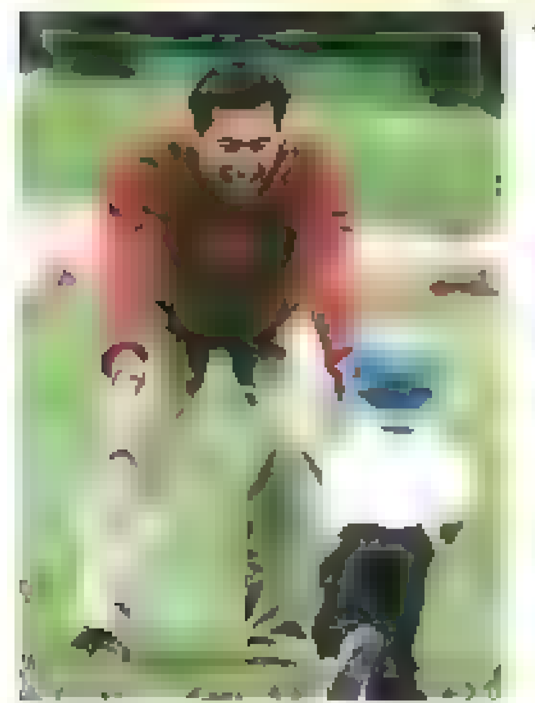
4 أبنائي بين زوج متدين وأهل متحررين!!

مشكل يؤرقني كثيرا وهو خوفي على أخلاق أبنائي فزوجي متدين ولله الحمد لكن أهله متحررون جدا ونحن مضطرين لزيارتهم أسبوعيا حتى نعود للبيت وأبنائي قد تعلموا سلوك وكلمات غير لائقة وأخاف على مستقبلهم من الانحراف والبعد عن الدين والخلق الإسلامي. ماذا أفعل جزاكم الله خيرا؟

أم فهد

بداية أختي نحيي فيك حرصك على دينك وعلى تنشئة أبنائك على الصلاح والتدين، ونشد على نقطة ضميرك وحسك والقلب الحي وهذه سمات إيجابية بارك الله لك فيها وحفظك وأبناءك وقر عينك بهم

أما بخصوص عدم التزام أهل زوجك يا أختي فلا تعتقدي أنها مشكلة تؤرق أو خطر يداهم أو موضوع يحير، ولذلك أختي نهمس في أذنك بما يلي



1 المبرمج الأول

فبرمجة السلوك والقيم والمعتقدات يكون مصدرها الأول والأساس الوالدين كما يؤكد ذلك رسول الله ﷺ في حديث الفطرة (فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه) وكما تؤكد ذلك معظم الدراسات الإنسانية، ومن هنا نطمئنك يا أختي أنك بعبارك أما لو قمت بدورك كاملا وحتميه بإذن الله فلن يتأثر أبناؤك بأبناء عمهم ولو حدث تأثر سلبي فهو عابر ويمكنك من خلال المتابعة والمتابعة المستمرة أن تعيدي المياه إلى مجاريها وتصلحي ما اعوج... وهذا دور المربي الإيجابي.



2 بناء الملكة ...

احرصي ... على بناء القيم لدى ابنائك فهي اساس السلوك السوي وبناء القيم مهارة تربوية سابقة للسلوك وعلى اساسها يتصرف الأبناء ويختارون السلوك.. ويتم بناء القيم على اسس ثابتة من خلال عملية اقناع الأبناء بالسلوك المطلوب وقيمة السلوك نفسه في حياة الإنسان بمعنى أوضح لماذا على الأبناء ان يلتزموا بالسلوك ؟

3 بناء المعتقدات ...

القيم تجيب على سؤال لماذا ؟ والمعتقدات تبنى على القيم و الإيمان والمبادئ التي يؤمن بها الإنسان لصح و لخطأ و لحق و لباطل ... من خلال تبيان موقع هذا السلوك في ديننا

4 بناء المشاعر ...

بعد القيم و المعتقدات يصل الابناء لمرحلة المشاعر والاحاسيس بمعنى اوضح يحتاج ابناؤك لمرحلة حب السلوك المطلوب .. فيسر الابناء بما تريدين منهم حبا في السلوك والمتمسك بقيمه وشعور بأهميته في ديننا الحنيف .. وهذه الخطوات تمنح ابناءك حصانة تربوية تقيهم خطورة التأثر السلبي وتحميهم من السلوكيات المضادة..

5 ...

اجلسي باستمرار مع ابنائك ويمكنك مناقشة السلوكيات غير المقبولة التي ترينها في غيرهم وتشوهين صورتها لديهم ليصل الابناء لمرحلة النفور منها وعدم التفكير فيها ... مع مراعاة التركيز على السلوك السلبي لا على شخصيات ابناء العمة وباسلوب الإقناع لا باسلوب الوعظ والإرغام او الترهيب ... فالابناء في سن الطفولة يستجيبون اكثر للغة الحوار والإقناع منه للغة الترهيب والتخويف



6 اصلحي ...

أهل زوجك أهل لك أنت يعني بدل تركيزك على حماية سلوك ابنائي وبعدوه عملية إصلاح من تربيه مخالف فيهما وبنت الحميمي بالتي هي أحسن بالحوار والموعظة الحسنة ولا تنسي او تمني فلعل الله يهديهم على يديك ويكون لك الاجر الزائد وبذلك تنتقلين من مرحلة الدفاع والحماية الى مرحلة نشر الخير وتقليص الاعوجاج

7 صلة الرحم ...

حرصي على صله رحمك و هل زوجك وبصلاحك وخلقك الطيبه تكونين حاملة المسك لهم ورجحي الخير من صله الرحم لك ولهم وبارك الله في عملك الصالح

8 الدعاء ...

تضرعي الى الله بالدعاء وتحري اوقات الاستجابة لعل الله يهديهم بفضل دعائك و سحابة الرحمن



الأطفال يشاهدونك ويعملون كما تفعل لا كما تقول

الأطفال يشاهدونك ويعملون كما تفعلين وليس كما تقولين.

عندما ظننت انني لم اكن انظر رأيتك تعلقين اول لوحة ارسمها على الثلاجة ومن فوري أردت ان ارسم لوحة غيرها.

عندما ظننت انني لم اكن انظر رأيتك تعدين كعكتي المفضلة فتعلمت ان الاشياء الصغيرة قد تكون مميزة في الحياة



عندما ظننت انني لم اكن انظر رأيتك تصلين فعلمت ان هناك الها، وانه يمكنني دائما ان اناجيه، وتعلمت ان أثق بالله.

عندما ظننت انني لم اكن انظر رأيتك تعدين وجبة وتقدميها لصديق مريض فتعلمت انه يجب علينا أن نهتم ببعضنا البعض.

عندما ظننت انني لم اكن انظر رأيتك تعطين من وقتك ومالك لمساعدة من لا يملكون شيئا فتعلمت ان من يملك شيئا عليه ان يهب لمن لا يملك



عندما ظننت أنني لم أكن أنظر شعرت بك وأنت تقبلينني في الليل قبل نومي. وشعرت بالحب والأمان.

عندما ظننت أنني لم أكن أنظر رأيتك تعتنين ببيتك وبكل من فيه، فتعلمت أنه علينا أن نحرص على ما يوهب لنا.

عندما ظننت أنني لم أكن أنظر رأيت كيف تتحملين مسؤولياتك حتى في أحلك الظروف، فتعلمت أنه يجب أن أكون مسؤولاً حين أكبر.

عندما ظننت أنني لم أكن أنظر، رأيت الدموع تتساقط من عينيك. فتعلمت أنه أحيانا يحدث ما يجرحنا ولكن لا بأس بأن نبكي.

عندما ظننت أنني لم أكن أنظر رأيت أنك رعيتيني فأردت أن أفعل كل ما بوسعي فعله.

عندما ظننت أنني لم أكن أنظر، تعلمت معظم دروس الحياة التي احتاجها، لأكون شخصا صالحا ومنتجا عندما أكبر.

عندما ظننت أنني لم أكن أنظر، نظرت إليك وأردت أن أقول: "أشكرك على كل الأشياء التي رأيتها منك عندما ظننت أنني لم أكن أنظر".


2

تطبيقات التربية الإيجابية

سنوات كثيرة تحصر الآباء والأمهات في وضعيتهم التربوية علمتهم تعاملهم من خلال ما تراكم لديه من تجارب وخبرات ، وبعضهم يطلق العنان لتجارب جديدة يتحول خلالها الأطفال الى فئران تجارب !! وإذا كان الإنسان أعقد مخلوق على وجه الأرض متقلب الأطوار ، روح ومادة عواطف وأحاسيس ، نمو ومراحل مستمرة ومتجددة فكيف يعقل ان نكون أمة لا تسمح للميكانيكي ان يتصرف في مركباتنا دون علم ودراية ونسمح بالمقابل ان نربي أطفالا دون دراسة ؟!

نفتح هذا الملف للتواصل مع المربين من اجل تكوين ثقافة تربوية هادفة ومبنية على أسس علمية

د. مصطفى ابو سعد



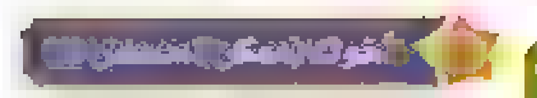
أخي لا يسمع النصيحة

لدي ولد أخ عمره ١٢ سنة أتى بعد ثلاث بنات ومشكلته أنه لا يحب النصح وحتى أنه لا يخرج مع أبي وأصحابه وتصرفاته تصرفات شباب لا يحترم أحدا ويكذب ولا يصلي ولا فائدة من نصحه حتى أن أبي لا ينصحه ولا يقول له إن هذا صح أو خطأ وإذا زدنا نصحه قال لنا اتركوه على راحته

الجـــواب

يظهر من كلامك يا أختي حرصك الكبير على أخيك وسلوكه وهذه ميزة نسأل الله أن يثيبك عليها أخوك بلا شك في بداية مرحلة نمو مختلفة عن سابقتها فلذلك يتعين عليكم جميعا اختيار التعامل الأفضل والأنسب لتوجيهه ومساعدته

كونه لا يحب النصح فتلك طبيعة بشرية تكاد تعم والنصح يعد من الوسائل غير الناجعة في التوجيه لا سيما لفئة الفتيان والنفس البشرية تسأم النصح كما هو الحال بالنسبة لأخيك الولد الوحيد بعد ثلاث بنات والأنظار مسلطة عليه وعلى سلوكه بشكل كبير وكثرة النصح غير مقبولة تربويا فقد كان الصحابة يعلمون رسول الله ﷺ بأنه كان يتخولهم بالموعظة مخافة السآمة ومواعظه ﷺ كانت قصيرة وقليلة.



كثرة الملاحظات داخل الأسرة والتركيز على سلوك الأخ ووصفه بأوصاف معينة والتعامل معه من خلالها لا شك يؤثر فعلاً على أسلوب التعامل معه فملاحظتك مثلاً أنه يتصرف مثل البنات وكونه أتى بعد ثلاث بنات يجعلكم تركزون بشكل سلبي على سلوكه وهذا التركيز ينتج عنه أسلوب غير مقبول لديه وبالتالي انعدام التواصل بينكم وعدم تقبل النصح منكم وهذا قد يصيبه بنوع من الحساسية من كلامكم حساسية قد تتحول إلى عناد ومعارضة.

خطوات علاجية

١- أجلي النصح واستبدليه بالحوار العام: ومهم جداً أن تحرصي في بداية الأمر على الحوارات العامة غير المرتبطة به وبسلوكه، والهدف من هذه الخطوة كسر الحواجز بينكما وتهيئة البيئة النفسية.

٢- تخيري الوقت المناسب للحوار: فلا تبدئيه حواراً أثناء حالة غضبه أو تعبه، اختاري وقت الهدوء والراحة والحالة النفسية الهادئة والمزاج المسالم لأخيك.

٣- شاركيه بعض الأنشطة: احرصي على أن تشاركيه في بعض الأنشطة أو الهوايات فهذه خطوة قوية لإحداث نوع من التواصل النفسي بينكما، لتكون فيما بعد المدخل الرئيس لمساعدته على التغيير الإيجابي المطلوب.

٤- احترميه يبادلك الاحترام: الفتيان عادة يتعلمون الاحترام وأساليب التعامل مع الآخرين من البيئة الأسرية ولذلك شجعيه أكثر ما يتعلم منك الاحترام، وعادة الإنسان يتلقى ما يرسل مثل الصدى، إضافة إلى هذا علميه كيف يحترم الآخرين بكل هدوء وبالتالي هي أحسن بعيداً عن توجيه النهي والتركيز على ذاته.

٥- حديثه عن قيمة الصلاة: الصلاة عبادة ومنهج حياة قبل أن تكون سلوك وحركات ولذلك احرصي على الحديث معه عن أهمية الصلاة وقيمتها في حياة الإنسان عموما، ثم انتقلي للحديث عن عقيدة المسلم في الصلاة وهذه العملية قد تحتاج لوقت طويل حتى تتم برمجة الصلاة في حياته..

٦- فهمي دافع الكذب: للكذب دوافع ذاتية تختلف من شخص لآخر ولذلك مهم جدا أن تبذلي جهدا لمعرفة أسباب الكذب وبالتالي العمل على معالجة أصل المشكلة بدل التركيز على عرضها وهو الكذب. قد يكون دافعه إشباع حاجة الاعتبار والشعور بقيمة الذات داخل الأسرة والقوة.



٧- تكليفه بمسؤوليات: كونه الأخ الأكبر بعد ثلاث بنات فرصة لتحويل هذا الواقع إلى مسؤولية لرفع معنوياته وتشعره بقيمته داخل الأسرة. ويمكن تكليفه بمرافقة أخواته باعتباره رجلا ومحرما مثلا أو لحمايتهم وكل هذا يوضع بقالب الهدف منه منحه قوة وشعوراً بالمسؤولية..



كل صباح أعاني المشكلة نفسها ابني يرفض الاستيقاظ .. أحاول بداية تدليعه وتدليك جسمه ثم أنتقل للتهديدات ... وأخيرا أضطر لحمله بالقوة وأخذه للحمام في صراع مستمر ضد الوقت الذي يمر، العصبية التي تزداد والتأخير الذي يتراكم ... لماذا بعض الأطفال لا تعاني منهم أمهاتهم صباحا؟

ماذا أفعل؟

الجواب

عناد الابن صباحا ورفضه الاستيقاظ ينبغي أن ننظر له من زوايا متعددة ... بداية ينبغي تحديد هل صعوبة استيقاظه صباحا راجع لأسباب بيولوجية عضوية، بمعنى هل ينام ساعات كافية حسب حاجة جسمه؟ و مرهق بسبب كوابيس و أحلام مزعجة يتعرض لها الطفل أثناء نومه؟ و أنه يأخذ كفايته من النوم؟ هل يقوم بأنشطة مرهقة خلال اليوم؟ هل يرافق أمه وأسرته لأنشطة يومية كثيرة وهو بحاجة لتعويض هذا التعب بالنوم؟ هل يتابع التلفزيون كثيرا قبل النوم؟

مهم جدا أن ينبغي أن نأخذ بعين الاعتبار كل هذه العوامل ونقوم بتحليلها لأنه في أحيان كثيرة عامل واحد بسيط يكون وراء المشكلة والتعامل معه بالحكمة يحل المشكلة



لو انك تابعنا كل هذه العوامل الجسمية وتبين ان رفض ابنك الاستيقاظ صباحا لا يرتبط بأي عامل جسدي قد يكون رفضه مرتبط برفض المدرسة أصلا ... قد يكون معاناة لديه بسبب حرمانه من أجواء الاسرة التي تعود عليها ويشعر بالثقة من خلالها وبسبب عدم قدرته على التكيف مع أجواء المدرسة والانخراط النفسي فيها..

ولذلك ينبغي التأكد، هل ابنك يرفض الاستيقاظ نتيجة رغبته في عدم الابتعاد عن بيته وبقائه بجانبك ؟

الأطفال أحيانا بسبب بعض المتغيرات الطارئة بالبيت من مثل صراعات أسرية أو اختلاف داخلي انتقال من بيت لآخر ولادة أخ جديد ، مرض فرد من الأسرة فقدان شخص من الأسرة ... كلها عوامل قد تجعل الطفل يخاف من الابتعاد عن البيت لئلا تحدث أشياء وهو بعيد ... يخاف الطفل أحيانا أن تحدث تغيرات غير إيجابية بالأسرة في غيابه وهو لا يستطيع التحكم فيها

وقد يكون رفض الطفل أيضا بسبب أسلوب الأم في تربية ابنها كأن تكون سياسة تدليل الطفل مهيمنة وتؤخر الطفل في عملية الاعتماد على نفسه والتي تبدأ في السنة الثانية بشكل فطري تلقائي

وعموما لا يمكن إهمال أن يكون هناك سبب رئيسي لرفض استيقاظ الطفل صباحا بسبب موقف سلبي من المدرسة ... ورفضه يأتي بمثابة موقف ذاتي من المدرسة واحتجاج على ذلك

أو يكون بسبب شعوره أن المدرسة تؤذيه اجتماعيا أفضل من أسرته ويشعر ... ما تريد المختص منه نظرته للمدرسة فيأتي هذا الرفض احتجاجا على سياسة ترك الطفل بالمدرسة وإهمال والديه له

إذن قد يكون الرفض بسبب موقف من مدرس أو موقف من والديه بسبب عدم شعوره بالطمأنينة من أسلوب أحدهم

من الأسباب التي لا يمكن إهمالها أيضا عدم قبول الطفل أسلوب الاتصال والتواصل داخل المدرسة بسبب تجمعات التلاميذ والعلاقات التي تجمع بعضهم ببعض بشكل مختلف عما تعوده داخل الأسرة وبين الأقارب

خطوات علاجية

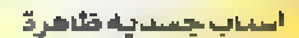
ما الخطوات الصحيحة لمعالجة رفض ابنك الاستيقاظ صباحا؟

الأسباب باختصار التي يمكن أن تكون وراء هذا السلوك هي:

- رغبته في البقاء قريبا من أمه.
- وسيلة للتعامل مع متغيرات غريبة أو صراع داخلي بالأسرة
- أسباب جسدية مرتبطة بنشاط ابنك اليومي
- اضطرابات نوم يعاني منها ابنك
- موقف سلبي من الجو المدرسي عموما

عمقي فهمك للأسباب

- الخطوة الأولى حاولي دراسة ومتابعة هذه الأسباب لتعرفي بالتحديد السبب الرئيسي في سلوك ابنك السلبي لمساعدته على تجاوز هذه الصعوبات
- خذي بالاعتبار أن المدرسة ربما تكون غير مناسبة لابنك
- تأكدي أن الأسرة لا تشكل مشكلة لابنك بسبب عدم وجود خطة أو أساليب تربوية
- لا تجعلي المدرسة مجالا للإغراء أو التهديد كأن تقولي لابنك: (لو ذهبت للمدرسة سأشتري لك دراجة أو أضاعف لك مصروفك أو أتركك تلعب وقتا أكبر) أو (إذا لم تذهب للمدرسة سأحرمك من الألعاب أو أحرمك من مصروفك الشهري)
- جنبي الأسرة التعاطي من مثل (إذا ذهبت للمدرسة أحبك) (إذا لم تذهب للمدرسة لا أحبك)
- بعض الأطفال بحاجة لإشباع حاجاتهم النفسية (الحب، الطمأنينة، المدح، القبول، الاعتبار، التأديب، الإيمان) وأي حاجة غير مشبعة تعني سلوكا مضطربا في حياة الطفل (يمكن الرجوع لكتاب: الحاجات النفسية للطفل، لاكتساب مهارات إشباع هذه الحاجات)



أسباب جسدية ظاهرة

قد تظهر من بعض الأبناء اضطرابات جسدية من مثل ارتفاع درجة الحرارة أو الاسترجاع بسبب المدرسة. قد يصل رفض المدرسة لمخاوف ومرض الفوبيا... الخوف المدرسي هكذا يسمى إذا ارتبط ببعض الاضطرابات الجسمية. وهذا المرض المرتبط بالمدرسة قد يكون اضطرابا نفسيا لدى الطفل لم يجد له تفسير ولكن ربطه بالمدرسة ذاتها... وعدد لاضطرابات الجسمية لا يوجد لها أسباب عضوية على الإطلاق ولكنها نتيجة تفاعلات واضطرابات نفسية... ولذلك ينبغي الاهتمام بالجانب النفسي لدى الطفل والصراعات الداخلية التي لا يستطيع الطفل التعبير عنها بلسانه فتظهر على سلوكه.

لا يريد أن يكبر!!

بعض الأطفال يكبر لديهم الرغبة في البقاء صغار، فهم يلاحظون أنه كلما كبروا كلما فقدوا مكاسب في حياتهم فيتمنون بقاءهم صغار... ماذا نفعل مع هؤلاء الأطفال؟

■ الخطوة الأولى أن نعبر للطفل أننا نفهم مشكلته وأننا لا نعتقد كذبه ... ولن نساعده على التعبير عن نفسه وعن مشاعره وندعه يتكلم عنها وعن مخاوفه ونبدي اهتمامنا وتفهمنا وتعاطفنا معه.

■ الخطوة الثانية مراجعة الأم لسلوكها وأسلوب تعاملها مع ابنها فقد يكون بطريقة تحرم الطفل من الطمأنينة أو بطريقة هي أيضا لا تريد ابنها أن يكبر فتحرم من لذة طفولة ابنها أو أن ابنها بشكل بديلا عن أب غائب عن أسرته أو عن التزاماته الأسرية فهي تجد في ابنها بديلا عن هذا الغياب...

■ الطفل يريد أن يستقل ويعتمد على ذاته دائما وهو نزوع فطري لديه لا يبتعد عنه إلا من تدخل في محيطه الأسري أو المدرسي وهذه حقيقة مهمة لا ننسى أهميتها وهي أيضا مساعدة لكل عملية علاجية.

■ المدرسة تشكل المحطة الأولى لانتماء الطفل بعالمه الخارجي ولذلك تكمن أهميتها في برمجة شخصية الطفل فلو نجح الطفل في هذه الخطوة سيكون إن شاء الله ناجح في عمرها

مرض المدرسة

إذ صاحب رفض الطفل لاستسلاط والذهاب للمدرسة أعراض مرضيه من مثل ارتفاع الحرارة أو كثرة الاسترجاع فيفضل إعطاء الطفل فرصة للراحة ... وهي مناسبة للوالدين لإعادة التوازن للطفل ومعاملته على أساس أنه كبر ورفع معنوياته ودعوته ليكون أفضل وحسن ويظهر قوته وسائل الطمأنينة لديه بأنهما بجانبه ويمكنه الاعتماد عليهما في أية لحظة



ابني لا يريد غسل يديه

غسل اليدين عندما يعود من المدرسة عادية لا يدرك ... أظافره غالبا سوداء من كثرة الأوساخ، أريد غسل وجهه ... تعصيبه ... لكن معركة مستمرة معه ... مأساة أعيشها يوميا مع ابني ... أنقذني يادكتور، ماذا أفعل؟

سؤال أم يوسف ... الكويت

كثير من الأمهات من يدخلن في معارك يومية مع أبنائهن ... معركة النظافة و الغسل ... وغالبا ما تنتهي المعركة بهزيمة للأمهات ... إلا إذا استعملت القوة ضد الطفل ... أو تلجأ الأم إلى خطوات التربية الإيجابية لتفادي استعمال العنف والقوة ضد الطفل ... والجميع يتساءل لماذا نعيش هذه المعارك يوميا مع أبنائنا؟





6 خطوات علاجية



١- حاولي فهم سلوك المعارضة لدى ابنك والذي يبدأ غالبا في سن ما بين ٢-٣ سنوات.

٢- حددي هل سلوك الرفض عام لديه أم هو فقط مع الأم. وإذا كان مرتبطا بشخص معين فرفضه يعد رسالة غير مباشرة للشخص لتحسين علاقته مع الطفل. وقبل التأكد من نوع الرسالة التي يبعثها ابنك حاولي تفويض غيرك ليقوم بمهمة تنظيف الابن لئلا تتحول عملية الغسل الى صراع حديدي بين الطفل وغيره.

٣- حاولي تحويل عملية النظافة الى فرصة للعب بالماء وتشجيع الطفل على الاعتماد على نفسه ولو في بدء العملية لتصبح مناسبة للترفيه والترويح.

٤- يمكن القيام بعملية الغسل المشترك بينك وبين ابنك لخلق نوع من المنافسة و لتشجيع نفسكما.



٥- يمكن استحضار وتوفير بعض المواد الخاصة بالنظافة ذات الأشكال الجميلة والألوان المتعددة لتكون جذابة للطفل.

٦- الإبداع والخروج عن المألوف أختي الأم يضع أمامك فرصا متعددة لخطوات ترفيهية إبداعية في عملية إقناع وتوجيه ابنك نحو قبول توجيهاتك.

معاناة يومية مع ابني لا سيما صباحا ... يرفض ارتداء ملابسه ويتسبب في تأخيرنا كثيرا ... جربت العديد من الحلول باءت كلها بالفشل، ماذا أفعل؟

فاطمة فيصل المنزل الكويت

أعتقد أن معاناة الكبار غالبا ما تكون بسبب بطء أبنائهم في ارتداء ملابسهم، إنهم يأخذون وقتا طويلا لا ينتهي ... وبلا حدود مما يصيب الآباء والأمهات بفقدان الصبر والتحمل ... وأحيانا يضاف لهذه الأزمة نوع الملابس التي يود ارتداءها ... حيث تكثر اختيارات الطفل وتكثر تردداته ... وعادة ما تكون اختيارات الطفل عكس ما تراه الأم مناسبا وتقترحه أو تعرضه مناسبا للأحوال الجوية أو المناسبة



هذا يعني أن أفضل أسلوب للتعامل مع مثل هذه السلوكيات «رفض ارتداء الملابس أو رفض الاستيقاظ من النوم» .

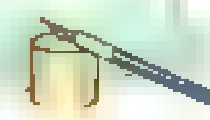
هو الاستماع للرسائل الخفية وراءها من أجل فهم عميق لدوافع هذه السلوكيات.

إن المربي الناجح من يعالج دوافع السلوك «الأصل» لا من يركز على أعراض السلوك.

إن السلوكيات المزعجة ليست سلبية في غالب الأحيان وينبغي التعامل معها على أساس أنها «رسائل خفية مشفرة يبعث بها الأبناء للكبار ليعلموهم أن هناك نقصا في

حاجة أساسية ونفسية تسبب اضطرابا» .

رسالة تربوية



ابني يرفض الروضة

السؤال

كل يوم وأمام باب المدرسة أعيش مأساة مع ابني بكاء حاد وصراخ ورجاء ألا أتركه في المدرسة اضطر أن أسلمه مباشرة لمدرسته وأنسحب وقد غمرني شعور من الأسى والحزن على ابني هل الروضة مهمة للأطفال وما مدى تأثير هذا البكاء ورفض الروضة على سلوك ابني؟

ابتسام الناجم الكويت



الجواب

أختي الفاضلة لم تذكري سن ابنك بالتحديد ولكن نفترض أنه سن الروضة وأنه مازال صغيرا

سن الروضة يعد سنا صغيرا لفك الارتباط والالتصاق القوي بين الأم وابنها ولو كان هذا الغياب والفراق لمدة محدودة بضع ساعات لا سيما إذا كانت الأم هي من تشرف على تنشئة أبنائها وتربيتهم وخدمتهم .

إن مرحلة النمو العاطفي لدى الطفل في هذا السن لا تمكنه من فراق الأم بسهولة ولذلك ينبغي أن

د. مصطفى أبو سعد

يتم كل هذا بشكل تدريجي وطبيعي

قد لا تجد الأم أدنى مشكلة في التحاق ابنها بالروضة إذا كان الابن تعود على وجود وجوه متعددة تخدمه وتشرف عليه من مثل الخادمة أو الخالة أو العمة أو المربية ومعلمة الطفل ولذلك حتى تعقد لك المعرفة الأساسية والرئيسة على أمك ولذلك توقفي هذا السلوك من أمك وتعايشي معه بالتدرج ليختفي إن شاء الله وأمك يتعلم مهارات الاعتماد على الذات والاستقلالية



١ شجعيه باستمرار على المدرسة وارفعي من معنوياته وصفيه بصفات جميلة

٢ تفادي أساليب الحماية الزائدة لابنك داخل البيت لأن هذا السلوك يخرب شخصية الابن أكثر مما يحميه، ويبطئ نموه السليم



في هذا السن من الطبيعي ومن المعتاد أن يبكي الطفل لحظة فراق أمه وليس المطلوب أن تتجاهلي بكاءه و لا تتفاعلي مع بكائه ولكن من الأهمية بمكان مساعدته تدريجيا على فك الارتباط

٣ يمكنك البقاء معه بعض الوقت داخل المدرسة ليتمكن من الانخراط والتطبيع مع البيئة الجديدة وهو يشعر بوجودك وبهذه الطريقة يبدأ الطفل بالانتباه لأشياء كثيرة قد تجذبه للمدرسة وتثير إعجابه وفضوله مادام مطمئنا بوجودك معه ففي غيابك لا سيما في الأيام الأولى قد لا ينتبه لأي شيء بالمدرسة لأن فراقك هو محط التركيز لديه

٤ في المدرسة قبل مفارقته أعطه شحنات من الحب والحنان تعبيرا باللسان وضمه لصدرك وطمأنته بالكلام والإيحاء الإيجابي من مثل سيكون يومك رائعا بالمدرسة ستلعب مع أصدقاء جدد وابتعدي قدر المستطاع عن التوجيهات السلبية من مثل لا تخف انظر لبعض الأطفال لا يبكون.

٥ ابدِ ثقتك بابنك وبقدراته وعبّري أيضا عن ثقتك بالمدرسة والمدرسات فهذا الشعور مهم للطفل ليطمئن هو أيضا ويثق بجوه الجديد

٦ في حالة بقاء حالة طفلك على ما هي لمدة طويلة تتجاوز الشهرين دون أن ترى أدنى تغيير إيجابي في سلوك ابنك فينبغي عندئذ التأكد والتدقيق في عوامل أخرى منها المدرسة والمربية والأصدقاء من جهة وعوامل نفسية خاصة بالطفل فينصح بإجراء اختبارات ذكاء للطفل للتأكد من عدم وجود موانع ذاتية لديه تمنعه من فراق أمه وتصيبه بالخوف من الأجواء الجديدة

٧ عموما قبل ثلاث سنوات لا ينصح علميا بترك الطفل خارج بيئة الأسرة لأن هذا من شأنه أن يؤثر سلبيا على نمو الطفل عاطفيا وانفعاليا والأسرة تعد المحضن المثالي للطفل في هذا السن وإن كانت بعض الدراسات الغربية وهي قليلة تؤكد أن الطفل الذي يفارق أمه في سن صغير يكون أكثر قوة في الاعتماد على نفسه وأكبر ذكاء عاطفيا

٨ الطفل عادة في سن السنة والنصف يعد كل انسان غريب عن الأسرة مصدرا للإزعاج والخوف ولذلك من الضروري تعويد الطفل على التعامل مع الغرباء سواء من خلال العلاقات الاجتماعية او في الحلقات التحضيرية لتسهيل قبول الغرباء والتعامل معهم بدون انزعاج وهذه خطوات تكون عادة في مراحل قبل سن الروضة

٩ مساعدة الطفل على ربط علاقات مع أقران له مهم جدا لملء حاجته الى الانتماء والإشباع وهو بهذا سيتأقلم اجتماعيا مع بيئات أخرى خارج الأسرة

١٠ استشارة المختصين مهم جدا لمعرفة هل سن الثالثة مناسب لإحداث فرق بين الأم وابنها ؟

١١ تذكري أن صعوبة مفارقة الابن لأمه ليس أيضا بسبب شعور الأم نفسها بصعوبة فراق ابنها فالأحاسيس تنتقل لا شعوريا بين الابن وأمه وقد تكون صعوبات الالتحاق بالمدرسة لدى الطفل ناجمة عن أحاسيس الأم التي تجد صعوبة في ترك ابنها بعيدا عنها

١٢ من الخطأ استعمال أساليب التهديد والعقاب والتخويف لجعل الطفل يرضخ ويدخل المدرسة بلا بكاء وصراخ كما أنه من الخطأ اللجوء لأساليب الهدايا والإغراء

المرجع: ملف تربوي www.cafe.mamachildens.org



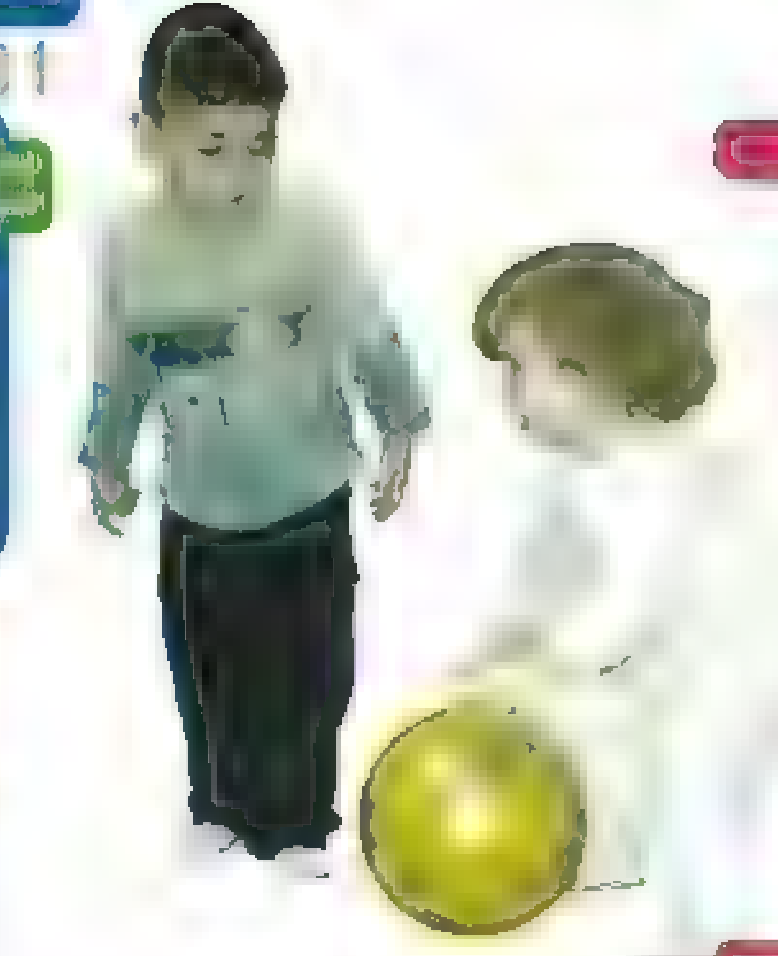
بالنسبة للأطفال الذين يذهبون إلى المدرسة للمرة الأولى هذا نوع طبيعي من الرفض المدرسي، يتطور مع قلق الفراق العادي عند الطفل، أو عدم الرغبة في الافتراق عن الأهل. هذا النوع من الخوف يذهب عادة بعد أيام عدة يمضيها الطفل في المدرسة.

كما أن هناك نوع آخر من الخوف المدرسي يتمثل بالأسى والحزن، نراه لدى الأطفال الذين يشعرون بأسى كبير حول فكرة الابتعاد عن أهلهم والذهاب إلى المدرسة. هؤلاء الأطفال يستمتعون عادة بالمدرسة، ولكنهم قلقون جداً بسبب ترك أهلهم.



- الرفض المدرسي هو أحد أكثر الأمور تسبباً في غياب الأطفال عن المدرسة
- هنالك عادة علاقة قوية بين الأهل والطفل
- قد يكون الأطفال محبطين
- الرفض المدرسي أكثر شيوعاً عند البنات منه عند الصبيان

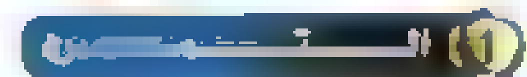
- مع الأخذ بعين الاعتبار الفروقات الفردية بين طفل وآخر، هنالك بعض التصرفات التي يجب أن يقوم بها طفلك.
- قد يتذمر الطفل من عوارض أخرى مثل وجع المعدة، وجع الرأس، ثم تتحسن حالته ما إن تسمح له بالبقاء في البيت
- قد يخبرك الطفل أنه قلق أو خائف من موقف معين يحدث في المدرسة.
- قد لا يرغب الطفل في الابتعاد عن الأهل بسبب تغير جديد حدث في حياته مثلاً:
- الانتقال إلى مدرسة جديدة.
- الانتقال من منزل إلى آخر
- ولادة أخ أو أخت جديدة
- مرض أحد الإخوة أو أحد الوالدين
- الطلاق
- موت أحد أفراد العائلة



لتشخيص الرهاب المدرسي نحتاج عادة إلى مجموعة مكونة من استشاري نفسي تربوي وولي الأمر والطفل والمساعدة وأحيانا طبيب، للقيام بفحوص طبية شاملة كما يمكن الاتصال بإداريي المدرسة للحصول على المزيد من المعلومات.

بما أن كل طفل هو كائن مستقل تختلف التعامل مع كل حالة اضطراب، إليك بعض أنواع التدخل التي يمكن استعمالها لمساعدة طفلك

- أعد الطفل إلى المدرسة وتأكد من أن إداريي المدرسة يفهمون الموقف حتى لا يرسلوه إلى البيت بذرائع خاطئة
- إذا استمرت المشكلة فيمكن زيارة طبيب نفسي عائلي أو استشاري نفسي وتربوي
- اسمح للطفل أن يعبر عن نفسه ثم تكلم معه عن همومه ومخاوفه
- يمكن كذلك أن يبتعد الأب أو الأم بالتدرج عن الطفل في المدرسة كأن نسمح للأب أو الأم بالجلوس مع الطفل في الصف عند البداية ثم يجلسون في غرفة مجاورة بعد ذلك يمكن أن يباشر الأم أو الأب بالابتعاد



ابني متفوق لكن متمرد



السلام عليكم ابني في الصف الرابع أساسي متفوق في صفه ولكن يشكو منه المعلمون في الصف بأنه متمرد ولا يسمع الكلام ويقود الصف إلى الفوضى فيكون خارج الصف في بعض الأحيان

الجواب

ومتى سنتخلص من تلك الإهانات لعقول أبنائنا؟ متى سنفهم بأن مستقبل أطفالنا أكثر أهمية من الماضي؟ متى سنستطيع التفريق بين التربية الحقيقية وما شابه التربية؟ متى سنعمل على إزالة العقبات بين المدرسة وبين المجتمع والحياة؟ (كاسبي، ١٩٧٩ عن: التربية غدا)

كون ابنك متفوق فهذا له أكثر من دلالة لفهم سلوك التمرد لديه.

ورغم هذا فوصفك لابنك بالتمرد يعد حكما وليس وصفا للسلوك، وكل شخص له معايير خاصة بالتمرد وكنت أود لو ورد في رسالتك تعبير ووصف محدد عن سلوك ابنك، من مثل ابني لا يسمع نصائح المدرس وتوجيهاته، ابني يكثر الحركة بالفصل، ابني يعتدي على زملائه التلاميذ



مفهوم التمرد

التمرد يعني العصيان والرفض السلبي المستمر وقد يصل لدرجة الخروج على السلطة والقيم والمواثيق و لعقائد والاعراف المتبعة. او هو الخروج على ما ينبغي الالتزام به بالمدرسة يعني الخروج عن الضوابط المحددة والمتعارف عليها



من خلال تجاربي في متابعة حالات توصف بالتمرد داخل الفصل الدراسي وتاكدي من كون الطفل متفوقا دراسيا وجدت اغلب هؤلاء الأطفال يمتازون بالذكاء العالي و على الاقل ذكاء عال يفوق الـ ١٢٥ وهذا له دلالة معينة وهي ان الطفل يستوعب في وقت اقل مما يحتاجه باقي الاطفال ويصاب في الوقت المتبقي بالملل، ومهما حاول مقاومة الملل فانه سيحوله الى سلوك يزعج المحيط به بالفصل الدراسي وقد يكون الطفل فائق الإبداع ويميل للحركة والاكتشاف والتعبير عن الذات بشكل يزعج الاخرين فيصفونه بالتمرد

وفي كلتا الحالتين المشكلة ليست في الطفل وانما بالمدرس الذي لا يمكنه تخصيص وقت كاف له ولا يملك مهارة استيعابه واحتواء قدراته ولذلك لجأت بعض الدول المتقدمة الى تخصيص فصول للمتفوقين

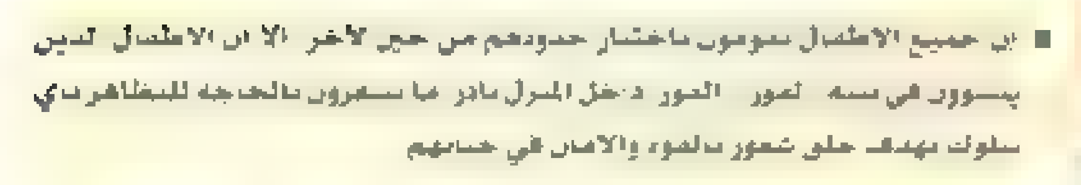
ورغم هذا فقد يكون الطفل يلجأ لهذه السلوكيات المزعجة (التمرد) بسبب عدم اشباعه لحاجة الاعتبار فاي نقص في هذه الحاجة المهمة يدفع الطفل للعناد ثم العدوانية ثم التمرد



8

- الحصول على القوة والتحكم والاستقلالية.
- لإثبات أنه ليس في مقدورك التحكم فيهم والاعتماد على النفس.
- لتلقي رد فعل.
- للانتقام
- للحصول على رضا الأقران أو احترامهم
- للاستحواذ على الاهتمام حتى ولو كان سلبيا
- لحماية الذات (للتخلص من عبء اللوم أو الإلحاح أو إيقافك عند المزيد من التوبيخ)
- لاختبار مدى حبك لهم.





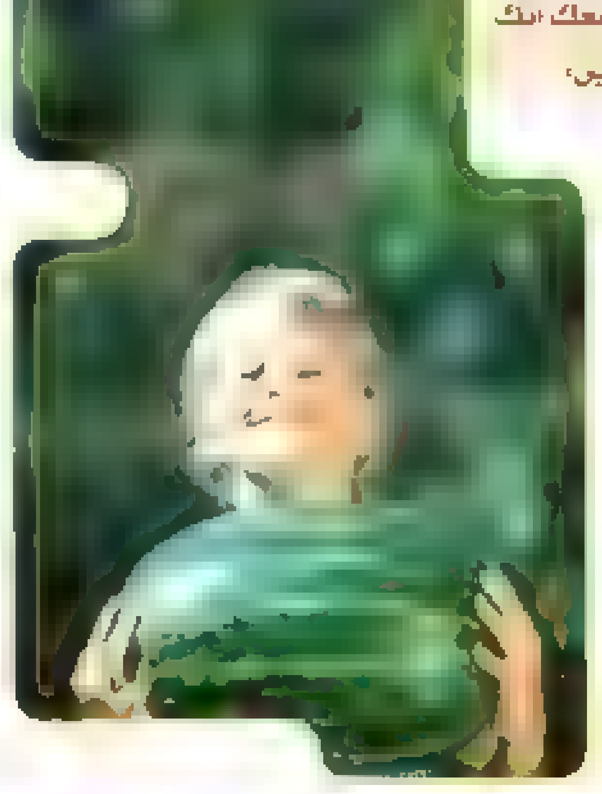
- إن جميع الأطفال يقومون باختبار حدودهم من حين لآخر إلا أن الأطفال الذين يشعرون في [illegible] داخل المنزل نادرا ما يشعرون بالحاجة للتظاهر بأي سلوك يهدف خلق شعور بالقوة والأمان في حياتهم
- يشتمل التمرد على رد العدوان بالعدوان ورفض التعاون والإصرار على فعل شيء لا تريد منهم أن يفعلوه أو الموافقة على فعل شيء لا ينوون فعله، فقط حتى يتخلصون من الإلحاح





هل ترديدي لأساسي تأثر معاداتي سواء الإيجابية منها أم السلبية مع إعلامي لهم بأن سلبياتي لم تلق أي توجيه لي في الصغر، وأحاول إفهامهم ألا يتأثروا بسلبياتي أنا؟

الجـــواب



- العادات والسلوكيات اليومية لك داخل الأسرة هي أحد أهم وسائل برمجة السلوك لدى أبنائك فلذلك لا ينفعك أنك تنصحهم بعدم التأثر بسلبياتك فهم أمام خيارين:

الأول: [illegible]

الثاني: [illegible] سلوك إلا إذا أقنعتهم ... سيتعلم منك الأبناء من الأفعال ويتعلمون ... ملتزمون بالسلوك

حاولي أختي الكريمة تقليص السلبيات ما استطعت ... والله يوفقك

سؤال

لدي ابنة عمرها الآن سنتان و ٩ شهور و هي لله الحمد ذكية جدا و مفعمة بالنشاط و الحيوية. لديها قدرة حفظ كبيرة حسبما أرى و هي تحفظ حتى الآن ١٠ سورة من جزء عم و لله الحمد ولكن مشكلتها العناد الكبير الذي حاولت مرارا أن أتغلب عليه لكن عبثا

والمشكلة الأخرى تصادفني في بيت جدها حيث الدلال فتتحول لطفلة سيئة الخلق تصرخ و تضرب و تصيح و لا تسمع الكلام أرشدني لكيفية التعامل معها هناك، و لك جزيل الشكر



- سؤال: كيف نتصرف مع الطفل العنيد والطفل العصبي والطفل البكاي؟

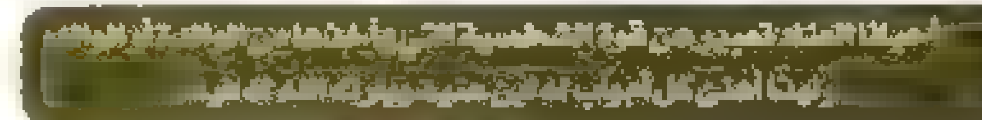
- جواب: غالبا ما يكون المعاند ذكيا ونشيطا وهذه علامة تكاد تعم المعاندين



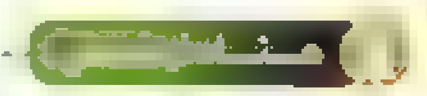
العناد صفة مصاحبة لدى الطفل وحاجة يمر بها الطفل بعد وصوله لسنة الثانية وهو العناد نفسه الذي يستعمله الطفل عادة للحصول على استقلاليته والانفصال من مرحلة الاعتماد الكلي على الأم إلى الاعتماد على الذات وغالبا ما نجد عنادا ويصطدم بعناد من أمه حرصت عليه وتجنب الطفل عدم حمايته،

١ الاستسلام وقبول الوضع و الاستمرارية في حياة الدلال و الاعتماد على الغير وهذا الاختيار يعني ضعفا في شخصيته يعني احتمال تعرضه لبعض الصفات السلبية من مثل الخجل الجبن - الانطوائية - الهشاشة

٢ المقاومة والعناد والعدوانية وهي صفات في طياتها تحمل معاني قوة الشخصية وصفات القيادة والإبداع.



بداية أن نفهم أن العناد ايجابي وليس سلبيا فمرتاح نفسيا، وبعدها نغير أساليب تعاملنا مع الطفل من خلال رؤية ايجابية نعترف له بحقه في المعارضة جميل أن يعارض الأمر فلا يتقبل كل شيء من والديه الا اذا اقتنع به وقد لا يقتنع إن الطفل الذي يعارضنا الآن سيعارض أي دعوى انحراف في المستقبل لأنه لا يتقبل ولا ينقاد بل يقود

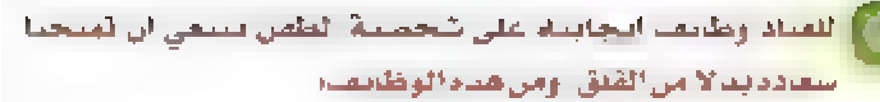


أم محمد أرسلت تقول: لدي ابنة عمرها عشر سنوات وهي منذ صغرها عنيدة فهي تحب أن تفرض رأيها في كل شيء في الملابس و الأماكن التي تذهب اليها واذا لم تنفذ رغبتها تغضب وأنا قلقة من أن يكبر عنادها معها وتساءل كيف سأتعامل معها في سن المراهقة؟ أم محمد



عنيدة لكن قوية!!

بداية أهنئ أم محمد بابنتها العنيدة والتي يظهر من خلالها أن الابنة تتمتع بقوة الشخصية وتأبى أن يفرض عليها الآخرون رأيهم، فلا ينبغي أن تمر لدينا الاباء والأمهات شعورا بالامتعاض والقلق على مستقبل الأبناء



للعناد وظائف إيجابية على شخصية الطفل ينبغي أن لا نتجاهلها، سنعدد بدلاً من القلق ومن هذه الوظائف:

العناد هو اللغة التي يعبر بها الطفل عن استقلاليته وهذه لغة تظهر عند الطفل في سنته الثالثة وتتمثل في المعارضة والإصرار على فعل الأشياء بدون مساعدة غيره. وهي وظيفة إيجابية يسعى من خلالها الطفل للاستقلال وعدم الاعتماد الكلي على الأم.

العناد حسب الدراسات أن الطفل حسب بعض الدراسات الطفل يمارسه اختبار لإمكانياته الذاتية. وهو فرصة مهمة للاعتماد على نفسه.

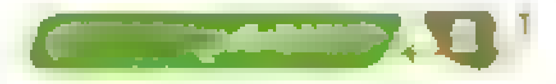
لماذا يستمر العناد مع ابنتك إلى هذا السن؟

استمرارية عناد ابنتك راجع إلى حد كبير لقلقك وتركيزك على سلوكها فكأنك تدعمين العناد بقوة تركيزك عليه وملاحظته.

10 عشر خطوات لمعالجة العناد



بدل التركيز على عناد البنت انتبهي للسلوكيات الإيجابية التي تصدر عن ابنتك. وبالتالي اجعلي قانون التركيز لديك متجهاً للسلوك الإيجابي الذي ترضين عنه.



لا تطلقي أحكاماً على بنتك مثل عنيدة، تمرض ربها... فإطلاق الأحكام على ابنتك يجعلك تبتعدين عن لغة التواصل معها ويبني جداراً حاجزاً بينك وبينها.

من يتمتع بقوة الشخصية لا تقبل فرض رأي عليه غير أنه يلين ويهدأ لو استطعت منحه ثقة الشعور من خلال تعبيرك عن محبتك لها وشعورك الايجابي تجاهها ورضاك عن سلوكها واختياراتها لذلك عبري عن المحبة المتبادلة بينكما

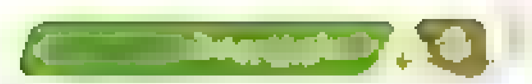
القلق الزائد على مستقبل الفتاة في سن المراهقة لا يساعدك على حسن التعامل معها ولذلك تعلمي فن الهدوء ولا تظهري قلقك لابنتك لأنه يظهر على سلوكك ولا تحملي هما للمستقبل فإن الإنسان قد يتغير في لحظة واحدة إذ النمو يعد نضجا عقليا وسلوكيا وليس طولا فقط

5

حكمت سلبي تجاه سلوك ابنتك ما رأيك أن سلوك ابنتك يعد سلوك يطغى القلب ويهيج النفس ويزعج لذا إذا أن سنا بهذه الصفات لا يخشى على سلوكها مستقبلا فهي لن تقبل سيطرة تهدى لها في المستقبل ولن تقبل تراخي يحرص عليها من زميلة لها

كلما عاندت الأم وقاومت عناد ابنتها كلما زادت ابنتها عنادا ولذلك احرصي على عدم المواجهة وتعلمي فن الانسحاب الإيجابي من معارك سخيفة كلامية قد تنشأ حول قضايا تافهة عابرة

العناد قد تطفئه ابتسامة جميلة منك وتحوله لمشاعر إيجابية كما أن الابتسامة تعلمك الهدوء والتحكم في سلوكك الأمومي.



السلوك الذي تنتهجه مع ابنتك قدميه لها في جلسات حوارية هادئة. واجتنبي قدر المستطاع أن توجهي ابنتك أثناء الخلاف و انصحي وأجلي عتابك لحين هدوء العاصفة وقدميه بهدوء وبلا صراخ فالنصح يجب على شكل الكلام الحسن واللطيف ورفض الشدة والخشونة



رفع المعنويات أحد الوسائل المفيدة في تهدئة العناد والحد منها وهو يتم عن خلال العديد من الأساليب التربوية منها المدح ومكافأة السلوك الإيجابي.



تعلمي فن تحويل هذا العناد لصفة ذاتية إيجابية تقوي قدرات ابنتك وترعى طموحاتها وتبني حوافزها الداخلية الإيجابية

الفصل الثالث

السرقة

(1) ٨ دوافع للسرقة لدى الطفل



START

نقطة بدء !!



- الأطفال لا يسرقون و نما يستجيبون لحاجات نفسية؟!
- سرقة الطفل رسالة مهمة للأبوين!!
- السرقة قد تكون طريقا لتنمية حاجات معينة لدى الطفل (كالشعور بالملكية الفردية) إذا لم يشبعها الأبوان



هل يسرق الطفل؟!

السؤال

كيف أتصرف عند ضبط ابني يسرق؟ كيف أعالج سرقة ابني؟؟ كلها أسئلة تطرحها الأسرة وتتفاوت الرؤى حول الموضوع من شخص لآخر

الجواب

إن أهم خطوة لمعالجة ظاهرة السرقة لدى الأبناء لا سيما الأطفال تتمثل في محاولة فهم أسباب ودوافع السلوك لدى الطفل.

من العبث ومن الخطأ معالجة أعراض المشكلة واللجوء إلى العقاب وغيره إذ إن أسلوب التعامل مع ظاهر المشكلة لا يزيدها إلا تثبيتا واستفحالا في شخصية الطفل

1 عدم وضوح مفهوم الملكية الفردية لدى الطفل

حينما يجد الطفل نفسه في محيط كل ما فيه ملك للكبار أو ملك مشترك مع غيره يجد نفسه يسير في اتجاه معاكس وذلك لشعوره بالحاجة إلى التملك وهو شعور تفرضه طبيعة النمو النفسي لدى الطفل منذ الفترة الأخيرة من السنة الأولى

2 الحرمان

كلما شعر الطفل بحرمانه من متطلبات حياته الشخصية كلما وجد دافعا قويا للجوء إلى السرقة، ولا سيما إذا كان الحرمان سلوكا أبويا مفروضا دون عملية إقناع. فلو حرمنا الطفل من تناول أنواع من الحلوى والشوكولاته دون أن نقنعه مثلا أن الإكثار منها يسبب تسوس الأسنان وغيرها، فإنه قد يفهم أن الحرمان مجرد حب انتقام أو بغض أو تفريق بينه وبين إخوته

3 إشباع هواية وحاجة نفسية

أحيانا تكون لدى الطفل هوايات وميول ذاتية وقدرات معينة ككثرة الحركة ولا يجد وسيلة لإشباعها فيما هو متاح له فيلجأ بدافع وقوة الغرائز إلى سرقة أشياء تتيح له تلبية هذه الحاجيات كلعبة أو كرة أو دراجة أو غيرها

4 قلة انتباه الأبوين واهتمامهم

حينما يشعر الطفل بأنه غير محبوب أو أنه لا يحظى باهتمام كاف من الأبوين فقد يلجأ إلى السرقة كرسالة لإثارة اهتمامهما

5 دوافع انتقامية

حينما يمارس نوع من الاضطهاد والتحدي والظلم على الطفل فانه قد لا يملك القدرة على الدفاع عن نفسه فيلجأ للسرقة كأسلوب انتقامي.. وكرد فعل على ما يتعرض له من اضطهاد

6 تحقيق الذات

وهي حاجة نفسية لدى الإنسان تنمو مع نمو حاجاته وقد تقوى لدى الطفل في جو من المنافسة والتحدي وكثرة الاحتكاك بالأطفال وقد يلجأ الطفل للسرقة (سرقة أشياء كالمال والساعة الثمينة وغيرها) كوسيلة للتعبير وإثبات الذات وسط أقرانه

7 الدلال الزائد

كثرة الاستجابة لطلبات الطفل وعطاؤه ما يريد وما لا يريد يشعر الطفل أن كل شيء له وأنه لا حدود لرغباته وحاجاته فيلجأ إلى السرقة كحق من حقوقه في امتلاك كل ما يريده

8 الهروب من العقاب

يلجأ الطفل للسرقة هروبا من العقاب، وخوفا من مصارحة الأبوين لا سيما إذا كان تعامل قاسيا.. فيسرق أدوات غيره من الأطفال في المدرسة إذا ضيع أغراضه خوفا من معاقبته على إضاعتها



لكل سلوك دافع وتلك حقيقه اساسية في التعامل مع سلوكيات اساسا يترتب عليها موقفان ايجابيان من طرف الوالدين

لتقبل

الأسباب النفسية والعضوية

د. مصطفى أبو سعد

3 ٢٠ خطوة لإبعاد الطفل عن السرقة

١ خذ وقتاً لتفهم أصل المشكلة ودوافع السرقة

٢ تحرَّ كل ما يحيط بالسلوك من ظروف وعلاقات و قران وأجواء التحدي والمنافسة

٣ الزم الهدوء وكن ليناً حتى تحسن التصرف ولا تتخذ موقفاً عن غضب فتندم عليه

٤ تذكر أنك مرب وطبيب هدفك أن تصلح السلوك وتعدله

٥ لا تتصرف بعقلية القاضي الذي يثبت التهمة ويصدر الحكم.

٦ لا تمارس عمل السجان الذي يحقق العقاب ويقتص من الجاني

٧ حاور الطفل بهدوء وبصوت هادئ وحاول أن تفهم منه ما يضايقه وهل هو محتاج لشيء ولا يقوى على البوح به

٨ دعه يتكلم و عبّر بكلامه بحسن الإصغاء منك والثناء على ما حسن من كلامه

٩ حدثه عن الأمانة وعن فضائل الأمانة وثواب الأمناء يوم القيامة و استشهد بقصص وأخبار من سلفنا الصالح

١٠ علمه معاني الملكية الفردية وحدودها والملكية العامة والملكية الخاصة ودربه على احترام ملكية الآخرين باحترام ملكيته الخاصة أولاً

١١ شجعه على مصارحتك وامدحه عليها

١٢ عبّر له عن حبك وعاطفتك نحوه فلا يكفي أن نحب أبناءنا بل لابد من التعبير لهم بالعطف عن حبنا لهم، لأن شعور الطفل بالثقة العاطفي يشكل حصانة لديه من اللجوء إلى السرقة

١٣- حقق الأمن والأمان والطمأنينة لابنك فذلك يحميه ويبعده عن السلوكيات غير اللائقة التي يدفع إليها أحيانا بسبب الخوف وعدم الشعور بالأمن

١٤- كن كريما مع ابنك فالكرم يغني عن التفكير أصلا في السرقة في أحيان كثيرة لكن في حدود المعقول والمقبول حتى لا تنقلب إلى نتائج عكسية أخرى فكن معتدلا بلا تقتير ولا إسراف

١٥- قنع الطفل دوما برغباتك وطلباتك ولا تفرض عليه فرضا دون نقاش ولا إقناع

١٦- علمه فن الاستئذان حتى لا يأخذ ملكية غيره دون وعي منه، فعلمه قبل أن تحاسبه

١٧- علمه ثقافة الحقوق والواجبات، وامنحه حقوقه المادية والنفسية ومن حقوقه النفسية مخاطبته بأدب ومناداته بأحب الأسماء

١٨- احرص على التربية العقدية والخلقية والإيمانية فنعم العاصم له من السلوكيات الشاذة والمنحرفة

١٩- لا تميز طفلا عن طفل بمعاملة أو عطف أو حنان أو منحة

٢٠- احرص على الصحبة الصالحة لابنك فلديه حاجة نفسية تحتاج لإشباع وحاجة الانتماء إن لم تشبعها أنت أشبعها بنفسه وقد يضل لوحده

الفصل الرابع



لدي بنت تعاني من مشكلات في النطق وتتكلم مثل الاطفال ، وتحتاج باستمرار الى تنبيهي لتعدل كلامي وفعلا تنطق نطقا سليما بعد التنبيه ، واخاف ان يستمر هذا العيب معها وان يؤثر على مستقبلها ودراستها

ام عبد الله

الجـــواب

بداية اطمئنك ولله الحمد لا تعاني من مشكلات النطق وليس لديها عيب عضوي ، وهذه خطوة مطمئنة مادامت ابنتك تنطق الحروف بشكل سليم بعد تنبيهها

هناك احتمال كبير ان اساليب تربيتك لابنتك تساهم بشكل كبير في اضطراب النطق لدى ابنتك ولذلك قد تكون الأسباب النفسية وراء هذه الاضطرابات

قلة المحادثة معي منذ طفولتها قد تسبب مثل هذا الاضطراب مما يحرمها من كلمات وصفية لغوية ويسبب لديها فوضى النطق وتعلم الحروف السليمة بكل طلاقة

عدم افساح المجال للبنت والإنصات لها باهتمام مما يساعد على التحكم في لسانها وشفتيها ويمرن حبالها الصوتية

قلة الاهتمام بها مما يجعلها تشعر بحاجتها للاهتمام وتسليط الضوء وقد يكون النطق غير السليم إحدى وسائلها لجذب هذا الاهتمام

معاناتها من عيب الإبدال وهو إصدار صوت غير مناسب للحرف المقصود كما ورد في رسالتك وعيوب الإبدال أكثر شيوعا في كلام الأطفال

اضطراب في مهارات الابتلاع بسبب عدم تطابق في الأسنان

الحوار المستمر

أكثري من الحوار مع ابنتك دون أن تركزي على عملية التصحيح في النطق حتى لا يرتبط الحوار بالسخرية وسحب الثقة بالنفس من ابنتك

الاهتمام الدائم

أعطي ابنتك اهتماما باستمرار من خلال التعبير عن مشاعرك والسؤال عنها والاطمئنان المستمر والإنصات لها بمحبة فقد تكون خائفة من ترك عيوب النطق لئلا تفقد اهتمامك بها

مراقبة أسنان البنت

عرضي ابنتك على طبيب أسنان فقد تكون الأسنان أحد أسباب هذه الصعوبة لدى ابنتك فهي لا تستطيع النطق السليم إلا من خلال التركيز وبذل الجهد

التدريب على التنفس السليم

التنفس أي العملية التي تؤدي إلى توفير التيار الهوائي اللازم للنطق مهم جدا أن يكون بشكل سليم، ويمكنك التمرن على فنون التنفس التفريغي وتنفس الطاقة القصوى، وهي مهارات يمكنك تعلمها بسهولة وتدريب ابنتك عليها

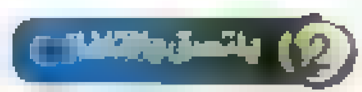
فن التجويد



يمكنك إلحاق ابنتك بدورات وحلقات تحفيظ القرآن المتوافرة ولا سيما فن التجويد، فهو يساعدها إن شاء الله على تعلم فنون مخارج الحروف وخروج الأصوات بواسطة الحنجرة والحبال الصوتية.







يلتصق بالتلفاز

ابني يلتصق بجهاز التلفاز

كل صباح أجد ولدي ملتصقاً بالتلفاز يتابع برامج الرسوم المتحركة ويتأخر في تناول فطوره وارتداء ملابسه وبالتالي للذهاب للمدرسة، ويصر على هذه الحال لفترة قبل أن يقرر الخروج للمدرسة. هل من نصيحة للتغلب على هذه المشكلة المتكررة كل صباح؟

فاطمة فيصل المطوع - الكويت

الجواب

غالبا ما يبدأ اليوم داخل الأسرة بصراع بين الآباء والأمهات من جهة والأبناء من جهة ثانية حول سلوكيات تؤثر في البرنامج اليومي للأسرة وتعرقل السير الطبيعي لها.

تمرد الأبناء على ما يريده الآباء يومياً لا سيما في الالتزام بوقت الخروج للمدرسة والاستعداد الكامل لها هي السمة الغالبة التي يبدأ بها هذا الصراع أول ما يستيقظ الطفل ويترك فراشه تبدأ سلسلة من المشكلات من رفض ارتداء الملابس وغسل الوجه والنظافة وتستمر ليجد الأب والأم ابنهما يتناول طعام فطوره ببطء شديد وهو يتابع برنامجه المفضل ويركز على الشاشة لا على الطعام، لا يبالي بصراخ الأم ولا تهديدات الأب

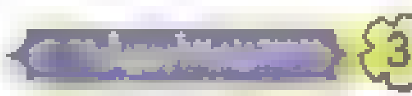


10

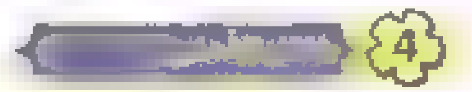
1

لا يمكن إغفال دور الوالدين المشجع لمثل هذه السلوكيات فحينما تضع الأسرة التلفاز في صالة الأكل فهي تشكل أو تؤخر تشكل عادات لأبنائها وهي تناول الوجبات مع متابعة التلفاز وبالتالي تكون البيئة الأسرية الداعم الأول لمثل هذه السلوكيات فلماذا نطالبه بالتخلي عن عادته في الفترة الصباحية!؟

مهم جدا تحديد بعض القواعد و لو تبدو ونتفق عليها داخل الأسرة ومنها تخصيص الأوقات لمتابعة التلفاز و الحرص على تنفيذ البرامج واحترام التوقيت . ومهم جدا ألا يظهر هذا القانون المتفق عليه بصورة عقاب للأطفال بل للحفاظ على السير العام للأسرة وتقديم الأولويات (ومنها الاستعداد للمدرسة والوصول المبكر لها) . مقدمين بدائل للأطفال في أوقات أخرى لا تؤثر على الالتزامات المهمة والأساسية



ينبغي على الوالدين أن يكونوا أول الجالسين على طاولة الفطور ليعلموا أبناءهم حس الانضباط ولا يترك الطفل وحيدا يتناول طعامه متابعا نظرات الأم أو مراقبتها وصياحها



إذا كان الوالد أو الأم ممن يتأخرون في متابعة التلفاز أو ممن اعتادوا متابعة برامج قبل الخروج للعمل فلا تستغرب رؤية أبنائهم يصرون أخذ حظهم ولو لدقائق معدودة من هذا السلوك اليومي وبعض القوانين المتفق عليها مع الحرص التام على تنفيذها من الكبار قبل الصغار [illegible] والحل الذي سيتقبله الأبناء برضى وسعة صدر . وسيتكيفون بسهولة مع النظام الجديد داخل الأسرة.

لا ننسى أن تمرد الأبناء ولجوءهم لمثل هذه السلوكيات قد تكون رسالة مشفرة معبرة عن حاجة نفسية غير مشبعة لدى ابنك من مثل المحبة و الأمن والطمأنينة . أو وسيلة لجذب الانتباه حوله أو التعبير عن مخاوفه

6

انتبهي ألا يكون هذا السلوك معبرا عن سوء في التواصل بين الابن ومحيطه الأسري وبالتالي ليس إلا ظاهرة وعرض لشيء أعمق وهو التعامل مع الأبناء و العلاقة بين الابن ووالديه و التي هي المحور الأساس داخل الأسرة فلو صححت لصلح العديد مما يزعجنا في أبنائنا ولو ساءت لساءت أيضا سلوكيات أبنائنا.

7



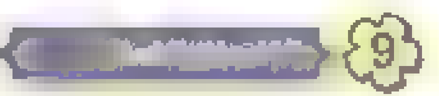
انتبهي الأخذ بعين الاعتبار أيضا ألا يكون هذا السلوك المزعج عبارة عن ردة فعل لسلوكيات لنا غير تربوية من مثل التهديد و الصراخ واللوم والمقارنة والإحباط والسخرية والاستهزاء

8



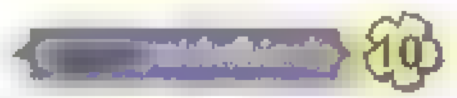
مهم جدا أن تفوت على الطفل إشعاره أن مثل هذه السلوكيات هي هجوم علينا أو موجهة ضد الوالدين فلا ينبغي إظهار غضبنا وتوترنا تجاه مثل هذه السلوكيات ولا الرد عليها بسلوكيات غير تربوية كالتهديد وغيره ولا ينبغي الدخول معه في تحديات وصراعات ونحن نعالج السلوك

9



استمعي لابنك وهو يتكلم و انصتي له باهتمام وامنحي له فرصة التعبير عن مشاعره وعن الأسباب وراء هذا السلوك اليومي وابحثي معه عن الحل واتخاذ تدابير

10



عبري لابنك عن مشاعر الحب و امدحي بعضا من سلوكاته الإيجابية واذكري له صفات إيجابية يتمتع بها فهذا كفيل بإعطائه قوة عاطفية وجدانية تزرع لديه رغبة في إرضائك والالتزام بما تمليه عليه

وفقك الله وأصلح أبناءنا جميعا

ابنتي تزعجني

بات من المتعارف عليه أن من وسائل التربية الحديثة أن يتعامل الآباء مع أبنائهم على أسس من الحرية والثقة والصداقة ولكن للأسف فإن مشكلتي جاءت نتيجة لهذه الحرية والثقة التي منحتها لابنتي التي تبلغ من السن [illegible] سنوات فبعد أن تعودت التعامل معها بصراحة في كل المواقف بدأت ابنتي تزج بنفسها في أحاديثي الخاصة والعامة وتناقش صديقاتي بكل ثقة وجرأة فأصبحت أشعر بالحرج لا سيما وأن مشاكل الكبار تختلف عن مشاكل الصغار وقد حاولت إبعادها عن مجالس الكبار تارة بالنصح وتارة بالتوبيخ إلا أنها لم تفلح

أم عبد الرحمن

الجــواب

1 أولاً: تنمية السلوك الاجتماعي السوي

بداية نثمن جزءاً مهماً من سلوكك تجاه ابنتك، فقد قمت بتنمية سلوكها الاجتماعي وهذه نقطة إيجابية، لكنها تحتاج منك إلى عملية تشجيع لسلوك اجتماعي على السلوك السوي بمعنى تحتاج إلى تدريب وتعليم وتلقين للسلوكيات التالية



١ - الصدق في الحديث.

٢ - أدب الاستماع

٣ - أدب الحديث

٤ - متى تتدخل؟

٥ - متى عليها أن تنسحب من الجلسات؟

٦ - معنى الأحاديث الخاصة

٧ - مسؤولية الكلام

ثانياً: مبدأ الثقة بالنفس أساس حرية التعبير

لقد زرعت لدى ابنتك معاني الثقة بالنفس من خلال إتاحة الفرصة لها للتعبير بكل حرية عما يدور بنفسها، وهذه نقطة إيجابية تحسب لك، ولكن حذار أن تهدمي هذه الثقة بالتوبيخ واللوم والإحراج لابنتك، علميها أولاً أساسيات السلوك الاجتماعي السوي، وركزي على عملية التعليم حتى تترسخ لديها، وامنحي لها الفرصة أكثر للتعبير عن ذاتها حتى لا تضطر أن تمرر هذه الحاجة النفسية في مجالس الكبار.

8

١- إن أخطأت ابنتك في تدخلها اتركي لها الحرية في تصحيح خطئها بنفسها، وإن لم تفعل فعليك بتصحيح ذلك من خلال الحوار والمناقشة والإقناع.

٢- التقدير والاحترام لابنتك يقوي عندها معنى الثقة بالنفس، وكلما ارتفعت هذه الثقة كلما تحسن سلوكها الاجتماعي واتسم بالمسؤولية.

٣- مدح السلوك السوي عند ابنتك يساعدها على الالتزام به.

٤- تذكري أن ابنتك ما زالت طفلة، وبالتالي فهي تتصرف كطفلة، فلا تحاسبيها مثلما يحاسب الكبير، تصدر منها التدخلات غير الناضجة، وهكذا ينبغي أن تنظر لها صديقاتها.

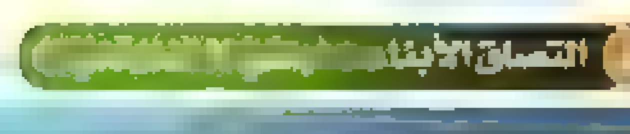
٥- الصداقة مع الأبناء حق طبيعي، فاحرصي على تنمية معاني الصداقة، فالرسول صلى الله عليه وسلم يوصي الآباء بمصاحبة أبنائهم.

٦- إن قول عمة ابنتك لا ينبغي أن يكون عيباً، فمرادها عليك كمرد وسعي المعبر عن سعادتك بهذه الصحبة والصداقة.

٧- استمتعي بحديث ابنتك مهما كان نوعها وأنت تبتسمين وتستمتعين.

٨- إن الطفل فيلسوف بطبيعة تكوينه، فهو ينطق بما يقول بصورة مباشرة للنقاء والوضوح، ولكن من المؤسف حقاً أن بعض الآباء لا ينتبهون إلى الجواهر التي ينطق بها الأبناء بتلقائية وعفوية.





الجـــواب

بنتك تعاني من انعدام الاستقلالية والاعتماد على النفس وتصل المشكلة بدءا في نهاية السنة الثانية من عمر الطفل حين تتفاقم رغبة الاستقلالية مقابل الاعتمادية على الأم وهي ما يسمى بمرحلة العناد فإذا فشل الطفل في الحصول على استقلاليته بسبب إصرار الأم على الخضوع والرفض في التدليل والحماية الزائدة استسلم للأمر الواقع وانتهى به الحال إلى اندماج شخصيته في شخصية أمه والاعتمادية المطلقة ما يدفعه إلى أن ينمو بشخصية اتكالية وانسحابية



والالتصاق الدائم بالأم هو نتيجة عدم الشعور بالاستقلالية لدى ابنتك وخوفها من مواجهة الحياة بدونك وحبسها في حماية الأمومة.

10

١ الاقتناع بأصل المشكل وسببه التراجع لمرحلة الطفولة المبكرة حماية زائدة ودلال مفرط

٢ الحوار المستمر للإقناع بأنه بضرورة الاعتماد على نفسها فقد كبرت وأن الأوان لتكون مثل قرانها، بأسلوب هادئ ولغة بسيطة

٣ التحبب دون مقارنات سلبية عن الأطفال ممن هم في سنها وقدرتهم على الانفصال والاستغناء عن الكبار في أمور كثيرة النوم والأكل واللعب مع الأطفال

٤ الخروج بنهجة حاسمة تنم عن تصميم وعزيمة لديك في عدم قبولك للالتصاق المستمر غير المبرر

٥ تدريب الحبيب على سماع وقبول كلمة لا مكل إصرار

٦ تشجيعها على إحياء إرادتها الذاتية واعتمادها على النفس ومدح سلوكياتها في هذا الاتجاه لاسيما أمام الآخرين

٧ ربطها باللعب الجماعي مع الأطفال وبالمشاركة في أنشطة منظمة

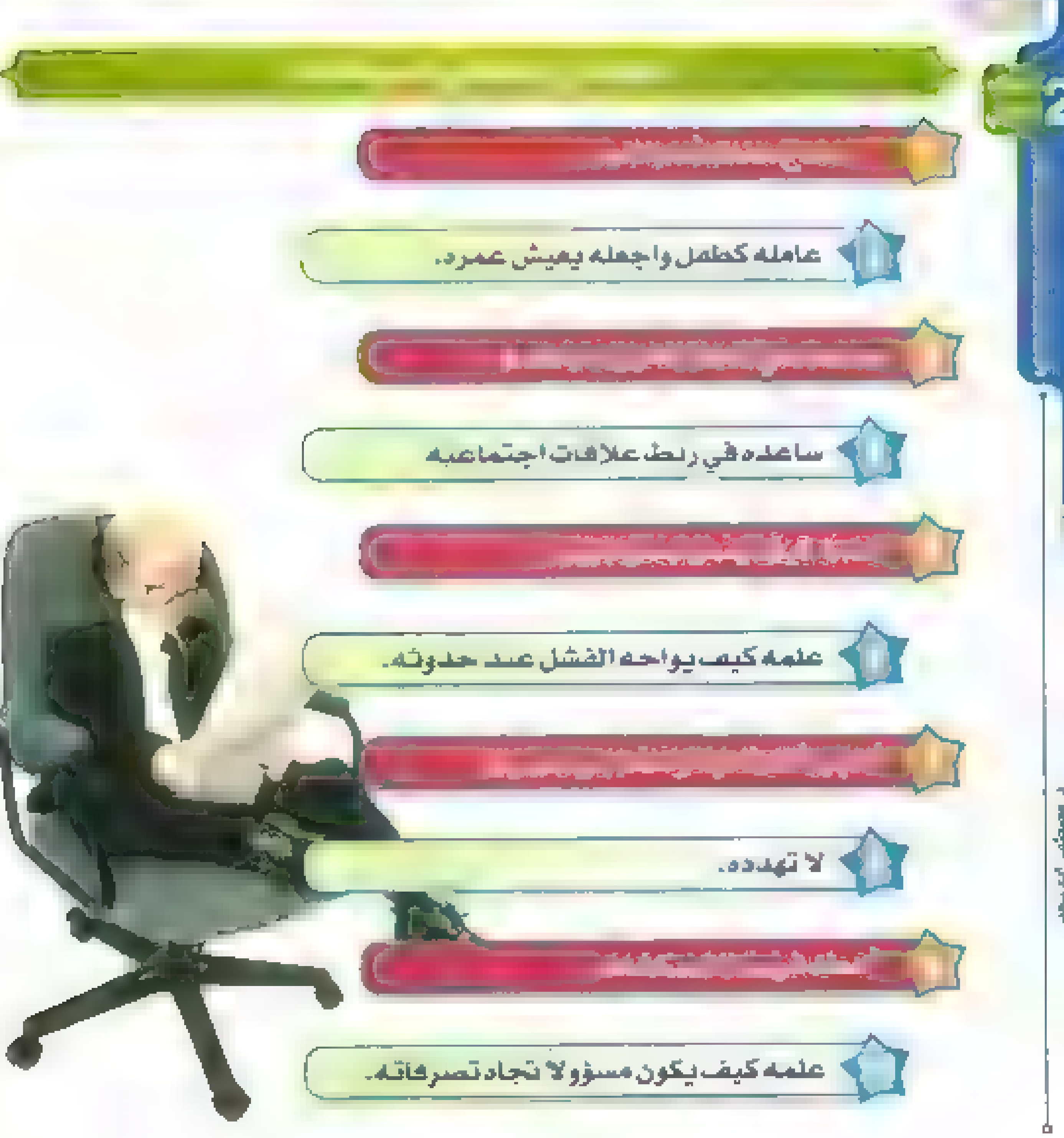
٨ التدرج في اعتمادها على النفس من الأسهل

٩ إبداء الحب والتعبير لها عنه باستمرار من خلال الكلمات واللمسات والهدايا حتى لا تعتقد أنك لا تحبينها و أنك تعاقبينها بعملية الانفصال عنك

١٠ إشعار الطفلة بالأمن إذ الشعور بالقلق قد يساورها وأنت بتركيها لتنوم وحدها فطمأنيها بأنك ستمضي قريبة منها بعيد لها الثقة بالنفس والشعور بالأمن فالعمل على إزالة مسببات الخوف والإقناع الهادئ دون زجر أو عتاب يساعد على عملية الاعتماد على الذات

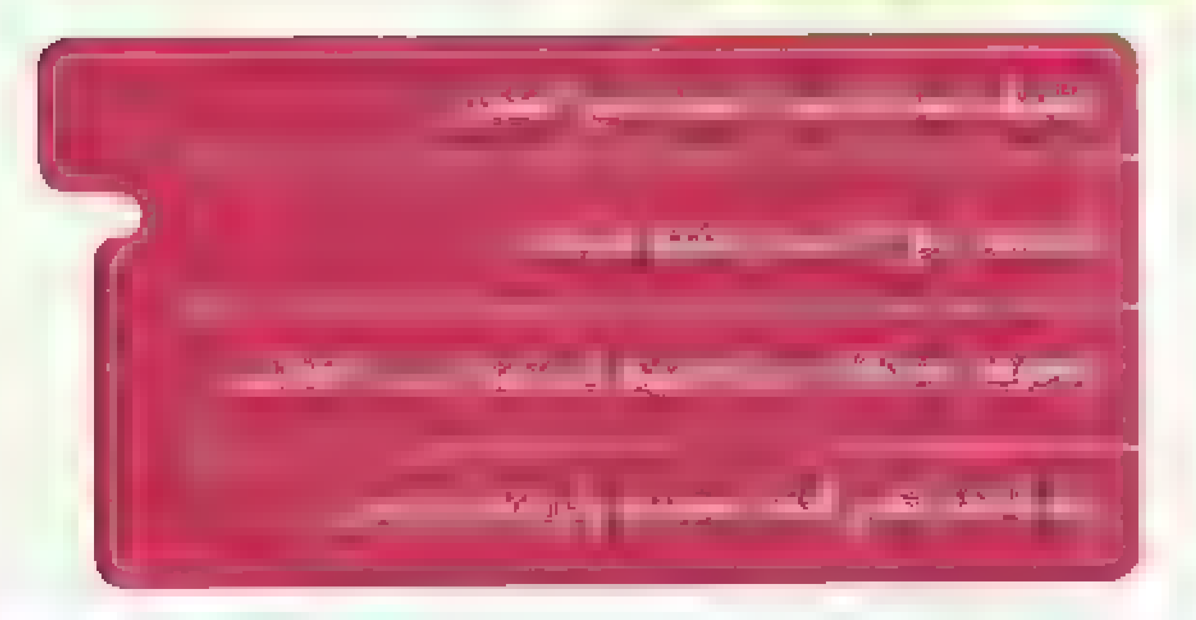
والله موفقنا للخير

د مصطفى أبو سعد



عامله كطفل واجعله يعيش عمره.
ساعده في ربط علاقات اجتماعيه
علمه كيف يواجه الفشل عند حدوثه.
لا تهدده.
علمه كيف يكون مسؤولا تجاه تصرفاته.


3





ابني البكر عمره ٦ سنوات ويصف هو ذكي وطيب و شاطر، لكن مشكلته انه جبان وخواف بدرجة كبيرة كيف استطيع ان اقوي شخصيته؟

الجواب

الجبن ناتج غالبا من اساليب الشدة المتبعة مع الاطفال خلال السنوات الثلاث الاولى وهو نقل لاسلوب التربوي الذي لا يمنحه قوة في اتخاذ القرارات والاعتماد على الذات ودخل في مرحلة انطواء وتقبل للوضع ثم الجبن

وقد يكون الجبن ناتج عن اساليب التخويف المتبعة من الوالدين حرصا على الطفل او سلامته

ولذا ننصحك سيدتي بتجربة ما يلي:

- تخصيص وقت يومي للطفل لإفساح المجال له للحديث معك
- امدحي الطفل وامدحي سلوكياته الايجابية باستمرار
- عبري لابنك عن محبتك له
- كلفيه بمسؤوليات متنوعة باستمرار وشجعيه ثم امدحيه واشكريه على انجازاته
- الحقيه بمجموعات اطفال في اطار منظم من مثل حلقات تحفيظ القرآن او اندية رياضية او انشطة فنية علمية مع اطفال لا يتجاوزونه سنا او اقل منه بسنة وسنتين





2 ابني يبكي من الخو

ابني يبلغ من العمر ٤ سنوات يعاني من مشكلة الخوف من كل شيء وكثرة البكاء عند مشاهدة أي غريب أو حيوان ويخاف من البقاء في الغرفة وحده ودخول الحمام وحده حاولت إخراجه من حالة الخوف الدائمة التي يعيشها ولم تنجح معه كل المحاولات و حتى أصبح في وجهه و حركته سكي لعله يستحق ما قلته ولا أدري ماذا أفعل؟ فيدوني جزاكم الله خير

سؤال المسجري



10

1. تخويف الطفل من الأشياء البصرية كالحيوانات و الحشرات كالظلام وتكرار عملية التخويف تولد حالة مرضية للخوف لدى الطفل.
2. التسلية بتخويف الطفل والضحك على تفاعلاته وانفعالاته من جراء الخوف، فليس هناك أسوأ من حالة الطفل يصرخ وكبير يضحك.
3. فرض أعمال معينة على الطفل بالعنف والعقاب والتهديد فيصبح التهديد مصدر التخوف والقلق .
4. منع الطفل من الحركة وحرية التصرف بالتهديد كمنعه من الكلام و التحرك حتى يتمكن الأب من متابعة التلفاز أو الأم من الحديث في الهاتف فخضوع الطفل للتهديد المستمر يجعله ينشأ جبانا خاضعا لكل تهديد مهما كان..
5. تخويف الطفل من الأشياء الإيجابية كالطبيب والدواء والحقنة يجعل الطفل جبانا أمام كل الحالات حتى ولو كان إنسان يريد له الخير تجده يخاف منه
6. استعمال أسلوب العنف والترهيب بدل الترغيب والتحبيب مثل ترهيب الطفل ليذاكر بدل تحبيبه في المذاكرة
7. خوف الكبار كالأب و الأم فكلما رأى الطفل والديه في حالة خوف كلما تسرب الخوف في نفسيته
8. الشجار و الخلافات الزوجية ورفع الأصوات تولد لدى الطفل نوعا من عدم الاستقرار والخوف
9. العصبية والانفعال الزائد لدى الأم و الأب
10. كثرة الحديث حول المخوف و الأمور الغيبية بشكل سلبي كالحديث عن الجن وظلمهم للناس

الخوف حالة شعورية وجدانية يصاحبها انفعال نفسي وبدني تنتاب الطفل عندما يشعر بالخطر ويكون مصدر هذا الخطر داخليا من نفس الطفل و خارجيا من البيئة

- الخوف انفعال قوي ينتج عن الإحساس بوجود خطر او توقع حدوثه . وكل انواع المخاوف مكتسبة ومتعلمة الا بعض المخاوف الغريزية من مثل الخوف من الصوت المرتفع وفقدان التوازن و الحركة لاسفل في الاماكن العليا. عندما يستمر الخوف غير المنطقي ينتج خوف مرضيا (Phobia)، ومن اهم المخاوف الشائعة لدى الاطفال الخوف من الظلام والهجر و الجراح و الاصوات المرتفعة والمرض والوحوش و الحيوانات والغرباء والمواقف غير المالوفة

التعرض لكلام ...

العمليات الجراحية و...

الحوادث الطبيعية ...

التوتر والخلافات ...

المستمر في ...

● ونقترح لعلاج الخوف عند الأطفال ما يلي:

١- الامتناع عن السخرية مما يخاف منه الطفل.

٢- أن تناقش الطفل في الموضوع الذي يخاف منه ولا نطلب منه نسيانه لأنه سيبقى يخيفه ويسبب له القلق.

٣- تشجيعه على التحدث عما يخيفه

٤- تعريض الطفل للموقف بالتدريج مع وجود الأم.

٥- الابتعاد عن تخويف الطفل واستثارته عندما لا يقوم بعمل ما أو عندما نريد منه أن يكف عن عمل سيئ.

٦- إشعار الطفل بالأمن النفسي داخل المنزل وإبعاده عن المشاحنات الأسرية.

٧- استخدام أسلوب النمذجة، وذلك بأن تحضر للطفل فلما لأطفال شجعان يتغلبون على مثيرات تخيفه ومع التكرار سيقوم الطفل بتقليدهم.

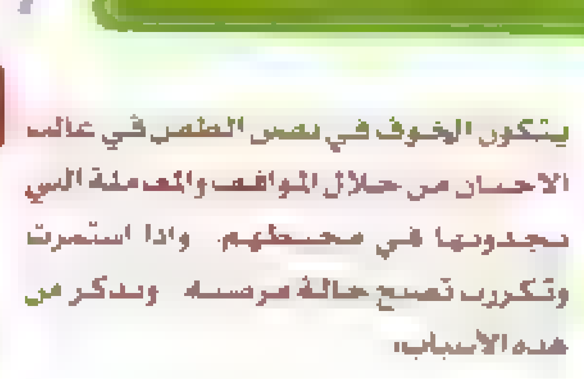
٨- ألا يشعر الطفل بخوفك من شيء ما لأنه يكتسب منك تلك الصفة.

٩- يجب تفقد مكتبة الطفل السمعية والمقروءة والبصرية فقد يكون لديه ما يشعره بالخوف إما صور لبعض الحيوانات المخيفة أو أفلام مرعبة



(عن موقع المحصن المصي)





يتكون الخوف في نفس الطفل في عالم الأحضان من خلال المواقف والمعاملة التي يجدونها في محيطهم. وإذا استمرت وتكررت تصبح حالة مرضية. ونذكر من هذه الأسباب:

1. تخويف الطفل من الأشياء البصرية كالحيوانات أو الحسية كالظلام وتكرار عملية التخويف يولد حالة مرضية للخوف لدى الطفل.
2. التسلية بتخويف الطفل والضحك على انفعالاته وتصرفاته من جراء الخوف. فليس هناك أسوأ من حالة الطفل يصرخ والكبير يضحك.
3. فرض أعمال صعبة على الطفل بالعنف والغضب والتهديد فيصبح التهديد مصدر للخوف والقلق.
4. منع الطفل من الحركة وحرية التصرف بالتهديد كمنعه من الكلام والجري داخل البيت ليتمكن الأب من متابعة التلفاز أو الأم من الحديث في الهاتف فخضوع الطفل للتهديد المستمر يجعله ينشأ جبانا خاضعا لكل تهديد مهما كان..
5. تخويف الطفل من الأشياء الإيمانية كالغيب والموت والجنة يجعل الطفل خائفا أمام كل الحالات حتى ولو كان الإنسان يريد إهداءه شيئا يخاف منه
6. استعمال أسلوب العنف والترهيب بدل الترغيب والتحبيب مثل ترهيب الطفل ليذاكر بدل تحبيبه في المذاكرة
7. خوف الكبار لاسيما الأب والأم فكلما رأى الطفل والديه في حالة خوف كلما تسرب الخوف في نفسه
8. الشجار والخلافات الزوجية ورفع الأصوات تولد لدى الطفل نوعا من عدم الاستقرار والخوف
9. الغضب والانفعال الزائد لدى الأم والأب
10. كثرة الحديث حول المخاوف والأمور الغيبية بشكل سلبي كالحديث عن الجن وظلمهم للناس

قمع انفعال الخوف

بعض الكبار او الاباء ممن ويخشى ان يصبح ابنه خوفا وقد عرفت عنه هذه المشاعر فيعاقبون الاطفال عند ظهور هذا الانفعال عليهم او يجبرونهم على مداعبة الكلاب و القطط او حضور ذبح الطيور او الحيوانات

السخرية من الطفل الخائف وعدم تدريبه

يلجأ البعض الى إثارة الضحك على الطفل اثناء خوفه. واحيانا يتخذ اخوة الطفل من بعض التصرفات التي تخيف اخاهم وسيلة للاستمتاع او التندر امام الأطفال الاخرين كما ان الخوف سيكون في داخل الطفل من جهله بحقيقة الأشياء او الأحداث. وهي مسؤولية الاباء والمعلمين والإخوة الكبار

تخويف الطفل

يلجأ بعض الكبار الى تخويف الطفل كي يمارس العمل الذي يطلبونه منه (الهدوء، الاستذكار) فيقال للطفل سوف نضعك في غرفة مظلمة او مع الكلاب لتأكلك، او سوف نحضر لك الاسد او الغول ليبعدك عن المنزل الذي تعيش فيه، او سوف نحضر لك العسكري او الضابط او سنعطيك مثل حروف العبد وكذلك إن إحاطة الطفل بجو من التخويف والحذر الذي لا مبرر له سوف يقوده الى شعور بالنقص وفقدان الثقة ومن ثم الخوف. كما ان التهديد بأن عدم اهتمامه بالاكل سوف يؤدي الى موته او مرضه من الاسباب غير المباشرة لخوف الطفل من الموت


(١) المرجع للاستزادة د. زكريا الشربيني المشكلات النفسية عند الاطفال

النموذج

إن خوف الأطفال من بعض الكائنات أو الأشياء أو المواقف قد يأتي بسبب ما شاهدوه من انفعال الأم أو الأب أو المعلمة أثناء تلك المواقف، ذلك لأن الطفل يقلد لا شعوريا من حوله فيخاف مما يخاف منه الكبار ولا سيما الذين يثق بهم. لقد حاولت معلمة بالروضة باحضار ضفدعة في صندوق لتعريف الأطفال بها رغم أنها تخاف الضفادع، وعندما همت بفتح الصندوق أمام الأطفال قفزت ضفدعة فصرخت المعلمة وصرخ معها بالطبيعة الحال كل الأطفال، وزاد الهلع من يومها عند رؤية الأطفال لهذا الكائن وخوفهم منه حتى في القصص التي تعرض عليهم صورا للضفدعة. إن الطفل الذي شاهد والدته خائفة وهي راكبة قطارا يمر فوق جسر أسفله نهر استمر يخاف ركوب القطارات عموما. وليس شرطا أن يكون النموذج فردا ممن يعرفهم الطفل، فقد يكون شخصا ما في قصة أو في فيلم مرعب أو في مجلة من مجلات الأطفال.

تحكم الطفل في الآخرين

أحيانا يصطنع بعض الأطفال الخوف لجذب اهتمام الوالدين أو المعلمة، وموافقة الوالدين أو الكبار لهذا، وغض الطرف عن هذا التصرف يدعم فكرة الخوف لأنها ترافقت مع مكافأة أو توافقت مع رغبة الطفل.

سوء التوافق والضعف الجسمي

إن الأطفال الضعاف أو المرضى أو غير الأسوياء عقليا ونفسيا أكثر من غيرهم تعرضا للخوف، ويؤدي انخفاض تقدير الذات لديهم إلى مزيد من الخوف مصاحبا الحزن ومن ثم العجز عن مقابلة أبسط الأخطار.



اضطراب الجو العائلي

يفقد الطفل الشعور بالاستقرار والأمن مع تجاذبات بين الوالدين أو تسلطهما في معاملته بحيث يرصدان كل حركاته وحريته، ويقذفانه بوابل من النقد والزجر والتوبيخ أو يفرقان بينه وبين غيره من الإخوة.

وإذا كان مستوى القلق مرتفعاً لدى الوالدين على الطفل فإن مرض الطفل أو حدوث جرح بسيط له يفزعهما بشكل واضح يحسه الطفل حتى وإن كان صغيراً، مما يجعله يخاف على نفسه خوفاً شديداً، ويتعلم أسلوب استجابتهما للموقف بالفزع والهلع



أسباب غامضة

بعض مخاوف الأطفال يحدث لأسباب غامضة وغير واضحة أو مفهومة وقد تحدث لفترات معينة. وقد تتلاشى إذا تم تجاوزها وعدم التركيز عليها من قبل الآخرين مثل الأم والأب والمربية و المعلمة، إن الاهتمام الشديد و الانزعاج قد يكرس الخوف في نفس الطفل ويدعم إحساسه بالخوف، بينما غض الطرف وإهمال الموقف وعدم التركيز يخفف من وطأة التأثير على مشاعر الصغير

أسباب عديدة للخوف

1 الصدمة

التوتر النفسي الشديد الذي لا ينتهي في لحظته ويستمر وتصاحبه شعور بالعجز أمام الأحداث، ينتج عنه نمط خوف تزداد حدته ويستمر لفترة من الزمن، لتصبح فيما بعد برمجة مرتبطة في عقل الطفل اللاواعي وفي مشاعره وأحاسيسه. ويمكن أن ينتشر في مواقف متعددة لأمور وأشياء أو أشخاص. ومن أمثلة هذا النوع التعرض لعض حيوان أو لسعة عقرب. ومثل هذه الأحداث تعمم في شخصية الطفل وتمتد لتشمل مجالات متعددة.

2 الاستجابة للغضب

الشعور بالغضب والحدة نتيجة سوء المعاملة (والرعب) في أيدي الكبار هي من الاستجابات العادية في مرحلة الطفولة. وهذه الاستجابة تكون قوية لدى الأطفال من عمر (٢-٦ سنوات) مما يعرضهم لنوبات الغضب من الكبار والإسقاطات تقوي لديهم مشاعر الخوف من العقاب والتخيلات التي تصور الطفل موضوعاً للعقاب والانتقام سواء من الكبار أم من مصادر يتم تخويفهم وتهديدهم بها من مثل النار والوحوش.

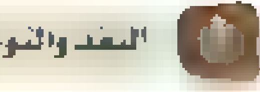
3 تعلم سلوك الخوف أو المكاسب الثانوية

يمكن للمخاوف أن تنشأ باعتبارها مكسباً ثانوياً يحصل عليه الطفل أثناء إظهاره للخوف واستغلاله لاهتمام الآخرين. وقد يكون إظهار الخوف أقوى طريقة لجذب الانتباه والاهتمام، وهذه الأساليب تعزز المخاوف لدى الطفل مما يؤدي إلى زيادة حدتها وتكرارها ثم تبرمج لتصبح سلوكاً وعادة لدى الطفل.

ومن أمثلة هذا النوع الخوف المرضي من المدرسة والبقاء بالبيت، ويفسر هذا السلوك المرضي حيث يتردد الوالدان في ذهاب الابن للمدرسة وبقائه بالبيت والحصول على اهتمام الجميع، وبهذا الشكل يصبح الخوف طريقة للحصول على مكاسب والتأثير على الآخرين.

(١) للاستزادة: د. زكريا الشربيني، المشكلات النفسية عند الأطفال.

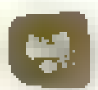
اربعة اسباب مبرمجة للخوف



النقد والتوبيخ

قد يؤدي النقد الزائد الى تطوير شعور بالخوف لدى الاطفال حيث يشعرون بانهم لا يستطيعون ان يعملوا شيئا صحيحا ويتوقعون دائما الاستجابات السلبية وينمو هؤلاء الاطفال وكلهم يتوقعون النقد وغالبا ما تظهر عليهم الجبن والخنوع

ويؤدي التهديد المتكرر بالتقييم السلبي الى نتيجة مشابهة فمثلا، عندما يوبخ الطفل لتوسيخ ملابسه تكون النتيجة ظهور الخوف من الاتساخ لديه وقد تعمم هذا الخوف ليصبح خوف من الفوضى و عدم الانتظام ويعتمد شكل الخوف على الجانب الذي يوجه اليه النقد لدى الطفل فالاطفال الذين ينتقدون بسبب فاعليتهم او نشاطهم قد يصبحون اطفالا خجلين خوفين



الضبط والمتطلبات الزائدة

ان جو البيت الذي يتسم بالضبط الزائد يمكن ان ينتج اطفالا خوفين بشكل عام او طفلا لا يخافون من السلطة بشكل خاص ومثل هؤلاء الاطفال قد يصابون بالرعب تجاه المعلمين اورجال الشرطة او من يمثل السلطة، والاباء ذوو المتطلبات الزائدة لا يدركون غالبا بأن هناك مخاوف طبيعية تظهر في المراحل العمرية المختلفة، فهم لا يتفهمون المخاوف المؤقتة التي تظهر لدى اطفالهم، ونتيجة لعدم تقبلهم لمثل هذه المخاوف وتوقعهم ان يكون الطفل كما يريدون فهم يوجهون النقد للطفل لانه يتصرف بشكل طبيعي ان توقعات الاباء المبالغ فيها هي سبب قوي لخوف الاطفال من الفشل وكذلك فان الاباء المراعين للكمال الزائد كثيرا ما يعاني اطفالهم من الخوف، فهم لا يستطيعون تلبية متطلبات الوالدين ويخافون من المحاولة



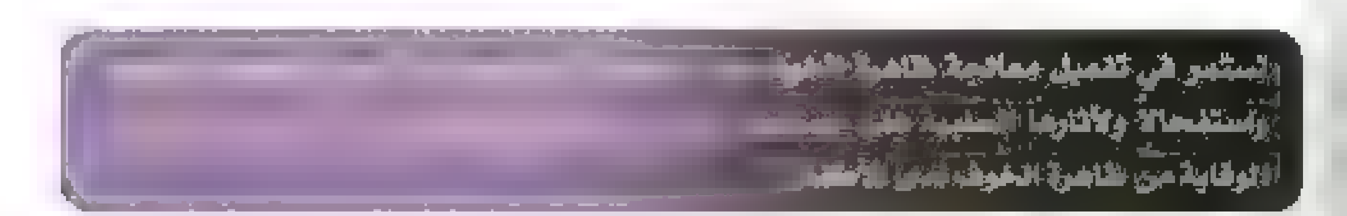

ج الصراعات الأسرية

تؤدي الصراعات المستمرة بين الأبوين أو بين الأخوة أو بين الآباء والأبناء إلى جو متوتر في البيت. وتؤدي المجادلات المستمرة الحادة إلى شعور بعدم الأمن. والأطفال الذين لا يشعرون بالأمن يحسون بأنهم أقل قدرة من غيرهم على التعامل مع مخاوف الطفل العادية. وحتى المناقشات حول المشكلات المالية أو الاجتماعية اليومية يمكن أن تخيف الأطفال ولا سيما الحساسين الذين يشعرون بأنهم متعلقون بمشكلات الأسرة التي لا يستطيعون فهمها أو يشعرون بخطورتها باعتبارها مشكلات لا أمل في حلها. وتتضخم هذه المشاعر في حالة إدراك الأطفال لوجود ضعف في قدرة الآباء على مواجهة المشكلات.

تقليد الخوف

إن ملاحظة الخوف لدى الكبار أو الإخوة أو الرفاق هو عامل مهم في تطوير المخاوف. إذ إن الأطفال يتعلمون الخوف عن طريق التقليد. ومن المعتاد جداً أن نرى أن لدى الأطفال شديدي الخوف واحداً من الوالدين على الأقل مصاب بمخاوف شديدة. فالمخاوف يتم نقلها كأمر طبيعي في الحياة. وإظهار الخوف أو مناقشته يمكن أن يؤدي إلى نتيجة مشابهة. فالأم التي تخاف من الحشرات أو المرتفعات قد يعاني طفلها من خوف مشابه. وبما أن الخوف يتم تعميمه فإن من المحتمل أن يطور الطفل خوفاً من أي شيء. فالآباء الخائفون من عدم القدرة على مواجهة توترات الحياة اليومية يسهمون في تطوير نظرة إلى العالم قائمة على الخوف لدى طفلهم. وينبغي أن نتذكر أن بعض الأطفال أكثر عرضة من غيرهم للخوف بسبب وضعهم المزاجي العام. ولذا فإن من المتوقع أن يعاني أحد أطفال الأبوين الخائفين من حالة خوف شديد بينما لا يعاني شقيقه من أية مخاوف!

● المرجع: مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها ص ٢٣١







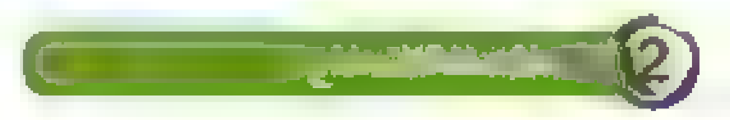
خطوات متقدمة



تهدف هو مساعدة الأطفال الخائفين وذوي الحساسية الزائدة ليصبحوا أقل حساسية أو غير مستجيبين للموضوعات التي تستثير حساسيتهم. والقاعدة العامة هي أن الأطفال تقل حساسيتهم من الخوف عندما يتم اقتران موضوع الخوف أو الفكرة المثيرة له بأي شيء سار (الاشراط المضاد counter conditioning)، فمن المفيد جدا جعل الأطفال يلعبون إحدى ألعابهم المفضلة أو ينهمكون في نشاط ممتع أثناء الخوف. فتصبح شكل المخاوف المحددة أمكن محوها بهذه الطريقة. وعلى سبيل المثال يمكن للطفل أن يرتدي زي بطل معروف وتقوم بتمثيل بعض المشاهد في غرفة خافتة الإضاءة كخطوة أولى للتغلب على الخوف من الظلام، كما يمكن للطفل أن يلعب لعبة الاستغماية في غرفة مظلمة فيختبئ الأب أولا بينما يبحث عنه الطفل ثم يختبئ الطفل ويحاول الأب العثور عليه. ويحدث تقليل الحساسية بشكل طبيعي عندما يمكن الأطفال من مشاهدة حدثه مخيفه عن بعد. فالتقدم التدريجي يؤدي إلى مزايا. لتشجعه شيئا فشيئا وينبغي أن تقرأ للطفل قصصا البطولة وتتيح له فرصة اللعب مع بعض الحيوانات الصغيرة بدلا من الاعتماد على الإقناع فحسب. وهذا كله يؤدي إلى تقليل طبيعي في المخاوف.

والخوف يمكن أن يتحول إلى نشاط. فوجود العائلة معا يساعد في تقليل الحساسية حيث أن الأطفال يشعرون بالأمن بشكل أكبر عندما يكونون في جماعات. ويمكن أن يستعان بمراهق من المجاورين ليمارس مع الطفل بعض النشاطات التي يخاف الطفل منها مثل السباحة أو الرياضة فالأطفال يعجبون عادة بالمراهقين وبذا يصبح النشاط مصدر متعة للطفل. وبعض الأطفال يفزعون من صوت الرعد ويمكن للآباء أن يقلدوا ذلك الصوت وأن يطلبوا من الأطفال عمل ذلك

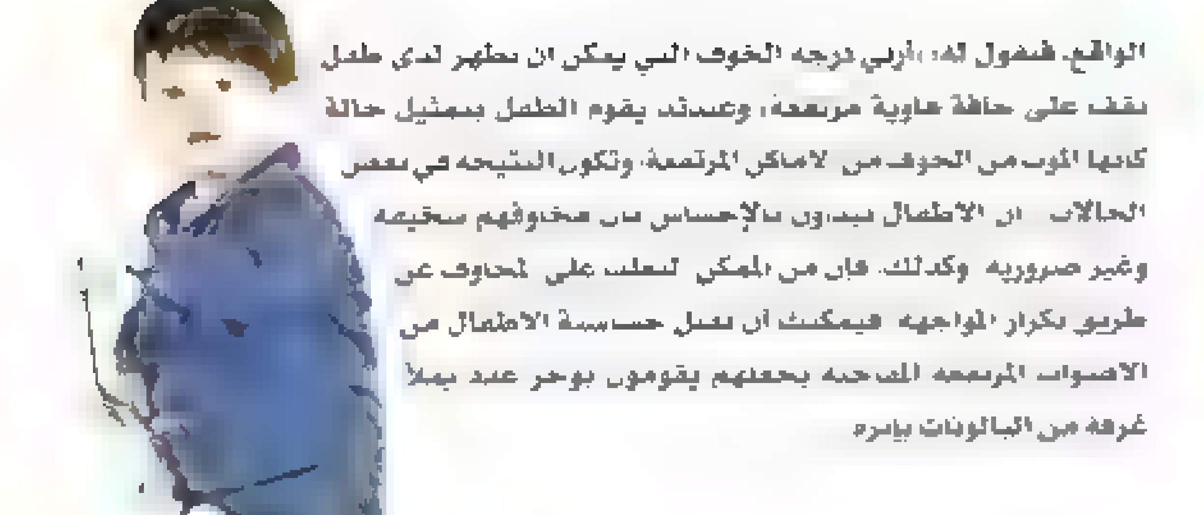
ويمكن كذلك أن يشرح العواصف للطفل وأن يوضح. ويمكن تحويل مشاهدة المطر والبرق إلى لعبة يسأل فيها الأطفال: كم عدد ومضات البرق التي تحدث خلال دقيقة؟ كم يمكن أن نجمع من المطر في صحن خلال ١٥ دقيقة؟ وهكذا ينبغي تشجيع الأطفال على تقليل الحساسية الذاتي (self desensitization) ويمكن أن يتعلموا استخدام هذه الطريقة وحدهم لمواجهة أي خوف كأن يقوموا بمشاهدة صور الحيوانات والوحوش المخيفة في كتاب ثم يلونونها أو يصورونها أو يكتبون قصصا عنها ثم يقومون بمناقشة مخاوفهم مع أخوتهم ... الخ. ويؤدي ذلك إلى تحسين الشعور بالفخر إلى شعور بالغلبة بتشجيعه القيام بعمل ما. إن المواجهة المكررة لموضوع الخوف تؤدي إلى تقليل الحساسية بينما يؤدي تجنب المواقف المخيفة إلى إطالة حالة الخوف أو زيادة شدته.



تعد هذه الطريقة طريقة طبيعية لتقليل الحساسية. فالطفل يتعلم من خلال الملاحظة كيف يتعامل الأفراد غير الخائفين مع المواقف والطفل الذي يلاحظ ذلك يبدأ بشكل تدريجي بالتعامل دون خوف مع مواقف تزداد درجة الإخافة فيها شيئا فشيئا. ويفضل أن تكون النماذج من الأشخاص العاديين حتى لا يرى الأطفال النموذج وكأنه شخص يتمتع بصفات خاصة تجعله قادرا على أن يكون شجاعا.

إن الملاحظة تقنع بعض الأطفال بأن ما يخافونه هو في الواقع لا خطورة منه. ومن الأمثلة على ذلك استخدام نموذج مصغر من الرفاق لمساعدة الطفل للتغلب على قلق الامتحان. فقد تم تعريض النماذج بشكل تدريجي لمواقف امتحان تزداد إثارتها للخوف شيئا فشيئا. وبذا أصبح الأطفال الذين قاموا بالملاحظة أقل خوفا من الامتحانات المدرسية. ومن هذه الأمثلة أيضا الاستخدام الناجح لمراقبة أطفال ينجحون في دخول المستشفى وفي أن تجرى لهم عمليات جراحية. إن على الآباء أن يستغلوا كل فرصة تسنح لتهيئة أطفالهم للمواقف التي تنطوي على احتمال بأن تكون صادمة. وبمعرفتك للطرق المتوافرة للتهيئة (مثل الأفلام) يمكنك أن تستعين بمثل هذه الطرق لمساعدة طفلك الخائف.

هـ. ويمكن تقليل حساسية بعض الأطفال بسرعة بطريقة بسيطة تسمى الهدف المتناقض (paradoxical intention) حيث تطلب من الطفل أن يمثل دور الخائف على نحو أكثر من



الواقع، فنقول لقد رأيت درجة الخوف التي يمكن أن تظهر لدى طفل يقف على حافة هاوية مرتفعة، وعندئذ يقوم الطفل بتمثيل حالة كأنها الموت من الخوف من الأماكن المرتفعة، وتكون النتيجة في بعض الحالات أن الأطفال يبدؤون بالإحساس بأن مخاوفهم سخيفة وغير ضرورية. وكذلك فإن من الممكن التغلب على المخاوف عن طريق تكرار المواجهة، فيمكنك أن تقلل حساسية الأطفال من الأصوات المرتفعة المفاجئة بجعلهم يقومون بوخز عدد يملأ غرفة من البالونات بإبرة.

3

يمكن تدريب الأطفال على الشعور بالارتياح أثناء إعادة بعض الحوادث التي تثير الخوف بشكل بسيط، واللعب لدى صغار الأطفال هو أسلوب طبيعي للتمرين، فألعاب الدمى والتمثيل تمكنهم من التعبير عن أشكال متعددة من المشاعر والخوف، وامتداح الكبار يعزز تدريب الأطفال على التعامل مع موضوعات مخيفة، كما أن استخدام لوحة تبين مدى التقدم هو في حد ذاته معزز بالنسبة لبعضهم.

والتدريب السلوكي (Behavioral rehearsal) هو أداء السلوك الذي يتضمن تعاملاً جريئاً مع المواقف، حيث يمكن التعبير عن الشعور بالغضب بتحويله إلى سلوك مثل ضرب الدمى أو الصراخ على وحوش وهمية. وبعض الأطفال يستجيبون على نحو جيد للتمرين المعرفي (congnitive rehearsal) وهو التدريب الذي يتم على شكل تخيل القيام بمقابلات متعددة، وهذا يشبه ما يقوم به الشخص الراشد من مراجعة عقلية لسلوكيات متسلسلة من أجل الإعداد لموقف ما

من الاستخدامات الخاصة للمخيلة في تقليل المخاوف الاستخدام المتدرج المقصود لتخيل مشاهد سارة، ويجد صغار الأطفال في ذلك أسلوبا ناجحا، فيتخيلون الأبطال الذين يحبونهم يساعدونهم في التعامل مع موقف مخيف. ويمكنك أن تطلع الطفل على كيفية القيام بهذا التخيل، ثم تطلب منه أن يقوم باختراع قصة مشابهة. مثل: أنت والمرأة العجيبة (Wonderwoman) تجلسان في البيت عندما تطفأ الأنوار فجأة. أنت تحس بالخوف ولكن أنت والمرأة العجيبة تجدان شموعا وتذهبان إلى موقع الصمامات الكهربائية (الفيوزات) لتغيير الصمام التالف. وتشعر بالعظمة لأنك تمكنت من حل المشكلة، والمرأة العجيبة تهنئك وتطير مبتعدة بطائرتها الخفية.

ومن الأساليب الجيدة لهذه الطريقة أن تطلب من الأطفال أن يتخيلوا الفعاليات المحببة لهم مثل الرياضة أو قيادة السيارة أو الجلوس على الشاطئ الخ. وأثناء الاستمتاع بتخيل المشهد يتخيلون حدوث موقف ينطوي على خوف بسيط. فمثلا أثناء قيادته لسيارة سباق يرى الطفل كلبا ضخما على الطريق ويقوم الكلب بمطاردة السيارة بينما يقود الطفل السيارة مبتعدا بسرعة ثم يوقف السيارة ويأتي الكلب إلى النافذة فيقوم الطفل بالتربيت عليه ثم يقود السيارة مبتعدا. وهكذا نستخدم التخيل كطريقة لكي يدرك الطفل نفسه على نحو متزايد كشخص قادر على تحمل الخوف حتى يصل أخيرا إلى التحرر النسبي منه.

وينبغي إبلاغ الأطفال الكبار كيف يمكن استخدام المخيلة للتغلب على المخاوف. فعندما يكون الطفل مرتاحا يمكن أن يقوم الأب والطفل معا برواية قصص فكاهية ساخرة حول الموضوعات المخيفة التي تقترب تقريبا من حوادث الحياة الحقيقية. وإذا شعر الطفل بالقلق فينبغي أن تكون حساسا لذلك ويجب أن تتراجع لتخفيف الجزء المخيف من القصة بالفكاهة أو بتغيير الموضوع.

ويمكن تقليل حساسية بعض الأطفال بسرعة بطريقة بسيطة تسمى الهدف المتناقض (paradoxical intention) حيث تطلب من الطفل أن يمثل دور الخائف على نحو أكبر من الواقع. فتقول له: أرني درجة الخوف التي يمكن أن تظهر لدى طفل يقف على حافة هاوية مرتفعة، وعندئذ يقوم الطفل بتمثيل حالة كأنها نوع من الخوف من الأماكن المرتفعة. وتكون النتيجة في بعض الحالات أن الأطفال يبدؤون بالإحساس بأن مخاوفهم سخيفة وغير ضرورية. وكذلك فإن من الممكن التغلب على المخاوف عن طريق تكرار المواجهة، فيمكنك أن تقلل حساسية الأطفال من الأصوات المرتفعة بجعلهم يقومون بوخز عدد من البالونات التي تملأ غرفة بأكملها.

التخيل الإيجابي (Positive Imagery)

من الاستخدامات الخاصة للمخيلة في تقليل المخاوف الاستخدام والتدريب المقصود لتخيل مشاهد سارة. ويجد صغار الأطفال في ذلك أسلوبا ناجحا، فيحيون الأبطال الذين يحبونهم ويساعدونهم في التعامل مع موقف مخيف. ويمكنك أن تطلع الطفل على كيفية القيام بهذا التخيل ثم تطلب منه أن يقوم باختراع قصة مشابهة. ويمكن اللجوء لقصص الأنبياء والرسل والصحابة وبعض أبطال التراث العربي الإسلامي لاستعارة بعض المواقف البطولية التي يمكنها أن تشكل مدعما ومساعدا للطفل من أجل التخلص من مخاوفه. وهكذا يستخدم التخيل كطريقة لكي يدرك الطفل نفسه على نحو متزايد كشخص قادر على تحمل الخوف حتى يصل أخيرا إلى التحرر النسبي منه.

وينبغي إبلاغ الأطفال الكبار كيف يمكن استخدام المخيلة للتغلب على المخاوف. فعندما يكون الطفل مرتاحا يمكن أن يقوم الأب والطفل معا برواية قصص خيالية ساخرة حول الموضوعات المخيفة التي تقترب تدريجيا من حوادث الحياة الحقيقية.

وإذا شعر الطفل بالقلق فينبغي أن تكون حساسا لذلك بحيث أن تتراجع لتعيد له الجرأة أو تخفف من القصة بالفكاهة أو بتغيير الموضوع.



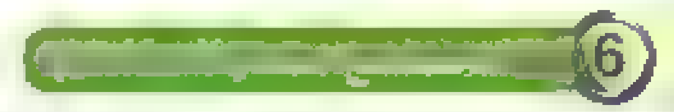
عليك أن تكون حساسا لاستعداد الأطفال للتغير والنمو ليصبحوا أكثر شجاعة

ومن المفيد جدا امتداح الطفل لكل خطوة وتقديم المكافآت المادية له

ويمكن تحديد سبب المخاوف وزمانها ومكانها تحديدا دقيقا ومكافأة الطفل إذا استطاع أن يتحمل مقدارا صغيرا جدا من تلك المواقف. فكثير من الأطفال يستمتعون باكتساب المكافآت عن طريق إظهار مدى شجاعتهم، فإذا قال الطفل مرحبا مثلا لشخص غريب يحصل على خمس نقاط، وإذا أجاب على الهاتف يحصل على ١٠ نقاط، وبالتحدث مع أشخاص مختلفين يجمع الطفل تدريجيا عددا من النقاط التي تستخدم للحصول على امتيازات أو ألعاب.

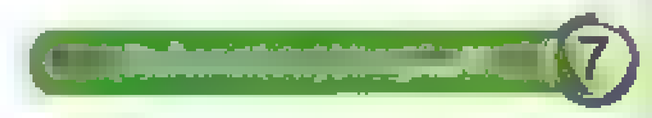
ومن الأمثلة الأخرى الخوف من المدرسة، إذ عليك أن تتصرف فورا بالتأكيد على ذهاب الطفل للمدرسة وحتى لو شكى الأطفال من خوف شديد أو من آلام جسمية فيجب أن يذهبوا لها ويحافظوا على

النوم فيها بعدم صلاحية الوقت، فحتى الفحص الطبي للطفل يجب أن يتم خارج ساعات المدرسة. هذا ويعرف معظم الآباء بعض آلام المعدة ذات المنشأ النفسي (السيكوسوماتية) التي تختفي بمجرد تجنب الذهاب إلى المدرسة. وتعد النتائج السلبية للفحص الطبي مؤشرا واضحا على الطبيعة النفسية للخوف منها. وما يجب عمله هو أن يرسل الطفل أو يؤخذ إلى المدرسة ويشجع لمداومة. وبالنسبة إلى الأطفال الصغار يمكن تنظيم حملة للاحتفاء بتغلبهم على الخوف من الذهاب للمدرسة. وفي حالة هذا الخوف، والمخاوف الأخرى، تتم مكافأة التقدم الذي يحرزه الطفل ويتم تجنب أي شكل من أشكال تعزيز الخوف، إذ غالبا ما يعزز الأطفال سلوك الامتناع عن الذهاب إلى المدرسة وبقاءه بالبيت عن طريق اهتمام الآباء واللعب ومشاهدة التلفزيون الخ. وهذا من سلبيات التربية.



يشكل تعلم التحدث مع الذات بطريقة مختلفة مضادة للخوف يؤدي إلى إحلال الشعور المتفائل بالكفاءة محل الشعور بالخوف والعجز. إن عليك أن تقترح على الأطفال بشكل مباشر أن يتحدثوا حديثا مشجعا لأنفسهم على نحو يحسن من مشاعرهم. وأنت في هذه الحالة تحتاج إلى أن توضح بأن التفكير بالأفكار المخيفة يجعل الأشياء تبدو أكثر إخافة، بينما يؤدي التفكير بأفكار إيجابية إلى مشاعر أهدأ، وسلوك أكثر جرأة.

ومن الأمثلة على التحدث مع الذات: أستطيع أن أواجه ذلك. إنني أصبح أكثر شجاعة [illegible] كل شيء سيكون على ما يرام. ما يخيفني إنها مجرد مخيلتي. الوحوش لا توجد إلا في أفلام السينما. لا شيء سوف يحدث. الرعد لا يمكن أن يؤذيني. أستطيع أن أستمتع بمشاهدة العاصفة. ومن الضروري أن نرى الأطفال كيف يوقفون أفكارهم المخيفة بتفكيرهم بكلمة توقف، ثم يقولون لأنفسهم فورا عبارات مشجعة. فالشعور بأن الأمر ليس بيدي يجب أن يستبدل به عمل إيجابي.



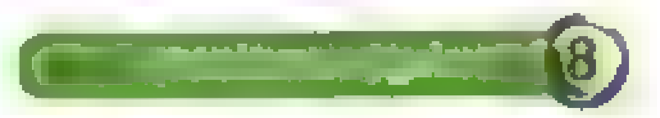
يعد الاسترخاء العضلي مفيدا جدا للأطفال والمراهقين المتوترين جسميا، فإرخاء العضلات يعارض ظهور الشعور بالخوف. وكما هو الأمر في حالة التحدث مع الذات الموصوفة سابقا فإن الاسترخاء يعطي الأطفال تركيز الانتباه. فالخوف من الظلام مثلا يمكن أن يقل بتعلم الاسترخاء التام، ويكون ذلك

مفيدا بشكل خاص إذا كرر الطفل التدرب على الاسترخاء في سريره الخاص، حيث يكون بوسعه أن يسترخي بمجرد الإشارة لكلمة بسيطة مثل «استرخ».

وبعض الأطفال يمكن أن يتدربوا على الاسترخاء بفاعلية أثناء حمام دافئ، حيث يعطيهم ذلك تدريب جيد، ثم يمكنهم أن يستخدموا مخيلتهم لاستعادة شعور الاسترخاء الدافئ. وقد تصبح لديهم طريقة للتغلب على الخوف عندما يذهبون للنوم، فهم يرخون عضلاتهم ويتخيلون أنفسهم في حمام دافئ.

ويمكن أيضا أن يتم مزج الاسترخاء بتقليل الحساسية الموصوف سابقا، حيث إن من المفيد جدا أن يتم وصف مشاهد مرعبة في إخافتها شيئا فشيئا عندما يكون الطفل في حالة استرخاء، وسيتناقص شدة الخوف شيئا فشيئا بتكرار مواجهة الطفل للمواقف المخيفة دون قلق سواء كانت هذه المواجهة بالمخيلة أو بالمواقف الواقعية، وقد يتم إلغاء إشراط الخوف.

وهناك الكثير من الطرق البسيطة للاسترخاء التي تؤدي إلى شعور أكثر هدوءا وإلى خفض لحالات الخوف.



لقد استخدمت طرق متعددة من الناس من قبل أفراد في أعمار مختلفة من أجل الوصول إلى مشاعر أهدأ ومخاوف أقل. والطريقة الأبسط والأكثر استخداما مع الأطفال هي التنفس بتناغم والعد ببطء. فقد استعمل التنفس بتناغم (breathing rhythmically) للتقليل من خوف الأطفال من الامتحانات المدرسية. ولا يؤدي ذلك إلى مجرد خفض القلق بل يزيد أيضا من حدة الانتباه والقدرة على مقاومة التشتت.

وما عليك إلا أن ترى الطفل كيف يتنفس ببطء وبانتظام، وأن تتابع تمرينات التنفس التي يقوم بها. والمهم أن يتم التنفس بشكل طبيعي ومنتظم دون توقف، وينبغي أن نلاحظ أثناء ذلك حركات البطن المستمرة والمنتظمة إلى أعلى وأسفل. ومن المهم أن تكون حساسا في معرفة ما الذي يعمل على أفضل نحو بالنسبة إلى طفلك، فبعض الأطفال يستفيدون من تركيز الانتباه على موضوع لامع في الغرفة.

هذا ومن المفيد أن يتم تعليم الطفل التأمل بعد أن يتمكن من الاسترخاء العضلي الموصوف سابقا، ويمكن الاهتداء بالتقرير الذاتي للطفل حول ما يعطيه شعورا أفضل.

7 خطوات لعلاج الخوف لدى الطفل

العلاج يقتضي أن نعرف أخطاءنا المسببة للمخاوف لدى الطفل ونعمل على تداركها وتغيير أسلوب التعامل مع الطفل. ولذلك كان أول واجب لعلاج الخوف لدى الطفل هو تجنيبه المخاوف التي لا داعي منها. ويمكن الاستعانة بالخطوات التالية لعلاج هذه الحالة المرضية

1 توجيه الخيال

الخيال عالم فسيح في حياة الطفل، لذلك لابد من توجيه الخيال وضبطه حتى لا يتوهم الطفل ويتخيل أشياء سلبية وتأثيرات شاذة للصور التي يتخيلها، كأن يعتقد أن الجن يختطف الأطفال في الظلام

2 تقريب المخاوف

ويتم ذلك بتحبيب ما يثير المخاوف لدى الطفل وتقريبه في إدراكه، وربطه بأشياء سارة، وتتم هذه العملية عبر خطوات تبدأ بالحديث ثم بالصورة ثم بالاحتكاك. فإذا كان الطفل مثلا يخاف من القطط فيمكننا رواية القصص الجميلة عن القطط، ثم دورها في تطهير البيوت من الفئران، ثم استحضار صورة جميلة لها، وبعدها يمكنه مشاهدتها عن بعد، ثم عن قرب، ثم لمسها بيده.. ثم بداية اللعب معها ومداعبتها



إن الخوف من الظلام يتلاشى مع تعويد الطفل السير برفقته فيه، ثم وحده، وتشجيعه



يستطيع الطفل التغلب على الخوف اذا تعلم كلمات ايجابيه ايمانية وحفظها واكثر ترديدها .. من مثل

انا ولد شجاع... لا اخاف الظلام..

انا ولد شجاع لا اخاف الحيوان انا شجاع

وهذا الايحاء الذاتي من احسن انواع العلاج النفسي لما له من دور في برمجة العقل الباطن لدى الطفل



المخاوف عادة ما تتولد من الجهل.. ولذلك تعليم الطفل حقيقة الاشياء التي تثير الخوف لديه وحجمها الحقيقي وقوة الإنسان امامها يخفف حدة التوتر لديه ويهدئه

إن الطفل بحاجة لمعرفة المفاهيم المبسطة و المتكاملة طريق لازالة الخوف

6 ٧-زرع الثقة

الطفل مهزوز الثقة بنفسه يعاني من الخوف، ولذلك كان علاج ذلك زرع الثقة بالنفس لديه من خلال ابراز قدراته ومواهبه و احاطته بالتشجيع والحنان



الفصل الرابع

وتعتمد على مبدأ التعلم وتؤكد على أن الخوف شعور داخلي وانفعال وسلوك يتعلمه الطفل نتيجة تعرضه لمؤثرات البيئة والجو المحيط. وهو محصلة لعمليات التنشئة التي يتلقاها الصغير في إطار تقاليد ومعايير المجتمع الذي ولد فيه ويعيش فيه. وترفض هذه النظرية فكرة بذور الخوف الوراثية وترى أن الطفل يولد متجردا من الخوف. وما يظهر لديه في فترة عمره هو حصيلة ما تعلمه وما شاهده وما أحس به من مخاوفنا وانفعالاتنا. فهو مقلد ومحرك ومستنسخ للمشاعر. ولذلك فهذه النظرية تشير إلى إمكانية غرس الخوف وتعديله في اتجاه مفيد أو تقليله. ولذلك أيضا فهذه النظرية تفاؤلية في علاج الخوف.

د. مصطفى أبو سعد

أعراض الخوف المرضي

ومهما تعددت التفسيرات فان الخبير بالذكر ان الخوف الذي يعاني منه الطفل اثناء الاستيقاظ قد ينتابه اثناء النوم في صورة احلام مرعبة او كوابيس مخيفة وتظهر بعض الأعراض النفسية أو الجسمية الدالة على الخوف

واهم الاعراض التي تطرا اثناء الخوف والرعب او المظاهر المصاحبة ما يلي

- قوة خفقان القلب وسرعته وتغيرات في نسب المواد الدهنية والكيماوية بالدم
- ظهور العرق على الجسم او الاطراف والوجه
- صعوبة في التنفس
- شحوب الوجه
- برودة الاطراف و الشعور بالقشعريرة
- الشعور بالدوخة
- الرغبة في التبول و الذهاب الى الحمام
- جفاف الفم وجفاف الحنجرة مما يؤدي الى صعوبة كبيرة في اخراج الكلمات
- ارتعاش الاطراف او الشفتين
- الشعور بالإجهاد والتعب
- فقدان الشهية للطعام.
- الارق
- الاستعداد للصراخ او البكاء او الهرب
- الشعور بقرب فقدان الوعي أو الدخول في حالة إغماء

والمظاهر السابقة بالطبع لا تظهر كلها لدى الطفل اثناء الخوف ولكن يظهر بعضها، كما يكون لبعض الاطفال مظاهر او اعراض تبدو قبل غيرها عند أطفال اخرين او عند الكبار مثل سرعة البكاء أو التعجيل بالهرب





عون الطفل للتعامل مع التوتر

ينبغي أن تكون مرحلة الطفولة فترة تهيئة مستمرة للتعامل مع مختلف أنواع المشكلات ولا سيما التوتر وأن تتضمن الكثير من التوضيح والطمأنة والتحذير المسبق من المشكلات المحتملة. إن موضوعات النضج الجنسي مثل ظهور شعر الجسم أو العادة الشهرية أو الاحتلام يجب أن تناقش بصراحة وبشكل مسبق. هذا ويستخدم الأطفال اللعب للتدرب على التعامل مع المشاعر والحوادث، فاللعب هو الطريقة الطبيعية لتعليم كيفية التعامل مع الخوف، والتعبير عن المخاوف يؤدي غالبا للتحرر منها. فألعاب الماء تؤدي إلى ألفة الطفل للماء، وأي شكل من المخاوف يمكن معالجته من خلال موقف اللعب. فالألعاب الإيهامية تساعد الأطفال من جميع الأعمار على تجريب طرق آمنة ومرضية للتعامل مع المشاعر الجديدة وما يرافقها من توتر، ويكون استخدام اللعب الإيهامي فعالا جدا عندما تكون الصدمات متوقعة ويكون الأطفال مهيئين لها بشكل مناسب.

ويمكن أن تجري مناقشات حول الخبرات الصادمة، كما يمكن لصغار الأطفال أن يقوموا بتمثيلها في لعبهم. ويمكن كذلك استخدام كتب الأطفال التي تصف تعامل الأطفال الإيجابي مع حوادث مثل العمليات الجراحية أو موت أحد الأقارب أو موت حيوان يحبه الطفل أو طلاق الأبوين ... الخ. ومع بعض المساعدة المتخصصة الموقفية يمكن إعداد الطفل لمواجهة العمليات الجراحية حيث تتلقى الأسرة إرشادا مختصرا لتتولى تقديم أعلى دعم انفعالي ممكن للطفل وتحل الصراعات القائمة، كما تعطي للطفل أساليب محددة تمكنه من مواجهة العملية.

فالقاعدة العامة هي تنمية أساليب جريئة وفعالة لدى الطفل في تعامله مع البيئة، وينبغي الحرص على تجنب الحماية الزائدة وتشجيع التعامل الفعال مع موضوع الخوف. إن من غير المجدي مجرد

تجاهل حالة الخوف أو إبعاد موضوع الخوف أو إجبار الأطفال على دخول الموقف المخيف. ينبغي أن نعلم الأطفال اتقاء الخطر والحيطة أو الحذر وليس الخوف، فمثلاً إذا أردنا أن نعلم الطفل كيفية التعامل مع الكلاب يمكن أن نقول: إن الكلاب الغريبة يمكن أن تعض، لا تقترب من الكلاب لتداعبها أو تلاعبها، تجنب الحركات المفاجئة التي قد تخيف الكلاب، إذا اقترب منك كلب غريب، فحافظ على هدوئك واستعد للموقف.

إذا هاجمك كلب حاول أن تصيح بأعلى صوتك: اجلس، أو توقف، ولا تنس أن تتسلق أي سطح مرتفع لتهرب منه، ولا تدعه يتمكن من رأسك، أو اهرب أو قاتل ولكن لا تقف ساكناً. إن هذا النوع من النصح والتوضيح الهادئ يمكن أن يساعد الطفل في حالة الطوارئ لحمايته، كما أنه يعطي الطفل شعوراً بأنه مستعد وكفؤ.

2 كن متعاطفاً ومتفهماً

عندما يدرك الأطفال أن آباءهم متفهمون ومتعاطفون يشعرون بأنهم أكثر قدرة على التعامل مع المواقف المخيفة. فالأطفال الذين يشعرون بالأمن على نحو مناسب يتعاملون مع الحوادث بشكل أفضل ويحسون بأن لديهم والدين يمكن الركون إليهما. ويساعد الحب والاحترام في نمو الشعور بالأمن لدى الطفل بعكس التهديد أو النقد المستمر. ويظهر التعاطف في فهم أفكار الطفل ومشاعره ومشاركته فيها، وتوصيل اتجاهات تتضمن الاحترام وعدم إصدار الأحكام نحو مخاوف الطفل.

إن أفضل طريقة مباشرة لتوضيح التعاطف هي تنمية حرية التفكير وتقبلها وتقبل الشعور بجميع أشكاله. إذ إن السلوك يمكن أن يوصف بأنه جيد أو سيئ، أما المشاعر والتخيلات فهي مقبولة مهما كانت. وعندما يعبر الأطفال عن مشاعر الخوف أو الاضطراب فإن على الآباء أن يكونوا متقبلين وأن ينصتوا لأطفالهم بدل اللوم. لأن الأطفال يحتاجون، غالباً، إلى مساعدة لفهم استجابات التوتر وتفسيرها. يمكن أن تقول للطفل (كثيراً ما تظهر لدى الصغار أفكار غريبة ومخيفة). وبهذه الطريقة ينمو الأطفال ويتعلمون أساليب مختلفة للتعامل مع مشاعرهم. وأية فكرة أو حادثة تخيف الأطفال يجب أن نناقش معهم في أقرب وقت ممكن. وينبغي أن تصحح المناقشة ميل الطفل للمبالغة أو لتشويه فهمه لسبب الخوف أو معناه. إن فهم الطفل ونمو مقدرته على التعامل مع الخوف يجب أن يتحدا.

عبر عن مشاعرك وشارك الآخرين بها

عندما يعيش الأطفال في جو فيه مشاركة بالمشاعر فإنهم يتعلمون أن الهموم والمخاوف هي أمور مقبولة. ولا تعني المبالغة في ذلك أن يشاطر الأطفال الراشدين مشاعرهم وأفكارهم وإنما تعني التحدث عن الهموم أو المخاوف الواقعية التي توجد لدينا جميعا. فالأطفال يرون الراشدين يعبرون بشجاعة عن مخاوفهم مما يقلل من غموض المخوف ومن إحساس الأطفال بالذنب حيالها. فمثلا يمكن أن يقول الراشد: كان هذا البرنامج مخيفا فعلا. كان يبدو حقيقيا إلى درجة أنني شعرت بالخوف من أن تكون سفينة الفضاء في ساحة بيتنا. ولا شك أن هذا الشعور الغريب سيمضي عندي لفترة. إن هذا يساعد الأطفال على فهم الخوف، فهم يسمعون من المسؤول أن يشعر الناس بالخوف وأن حالة الخوف ستنتهي بعد فترة. وبذلك لا يشعر الأطفال بأنهم منفردون في مشاعرهم أو بأنهم خوافون وجبناء. إن من الضروري الإصغاء لمشاعر الأطفال باحترام، فهم يحتاجون ويستحقون بعض التعاطف مع مخاوفهم. ومن المريح لهم أن يسمعوا كلمات مثل: «الخوف أمر طبيعي. فكل إنسان يمكن أن يشعر بالخوف أحيانا».



وإذا أنكر الوالدان الخطر أو الخوف فقد يؤدي ذلك بشكل خاص إلى شعور بالخوف لدى الأطفال. فالأطفال يرون ويلمسون ما يشير إلى خوف الكبار الذين يتظاهرون بعدم الخوف ثم يتخيلون أن هناك ما هو مخيف ومرعب إلى درجة أن الكبار لا يستطيعون مواجهته، فيطورون مخاوف محددة من ذلك الموقف أو حالة من الخوف العام. وهذا ما حدث أثناء إطلاق صافرات الإنذار بدولة الكويت، حيث انتقل الخوف من الكبار للصغار.

4 كن نموذجاً للهدوء والتفاؤل والاستجابة بشكل مناسب

إن مخاوف الوالدين واضطرابهما يخيف الأطفال على نحو مباشر. فمثلاً إذا لم يتغلب الوالدان على مشكلة خوفهما من الموت فإن الأطفال ربما سوف يتعلمون بسرعة الخوف من الموت. ومن المريح أن يستمع الأطفال إلى عبارات مثل: إن من الضروري أن تبذل جهدك في العمل الصالح وأن تستمتع بوقتك بحيث تكون مستعداً للموت حين يأتي. وكل إنسان فان. إن الموت هو جزء من عملية الحياة كالولادة.

إن كثيراً من الكبار يناقشون مفاهيم دينية مع أطفالهم لمساعدة الأطفال على فهم الموت وغيره من الحوادث. وينبغي ألا تناقش المخاوف باستمرار أو تؤكد أكثر من اللازم مع أن الإقرار بوجود المخاوف واتخاذ موقف شجاع يسبباً حالة تعاطف متبادل بين الطفلين والكبار يساعد حتماً الأطفال. ومن الضروري تجنب تكرار التأكيد على الحوادث السلبية في المواقف عند النوم. وفي بعض الأسر يتكرر ذكر الأمور السيئة التي يمكن أن تحدث للناس وينصب جو الأسرة ترداداً أبداً وراء كل خير يكمن شر مرتقب. ويؤدي مثل هذا الجو إلى تنمية الحاد من الخوف والقلق فالتشاؤم ينتقل بالعدوى. وإذا شعرت بأن الأمور على ما يرام فإن شعورك هذا يتم إسقاطه على الحوادث لأن التوجه الهادئ المتفائل سيمكنك من التعامل مع الخوف بشكل جيد وتوجيه استجابات صالحة لها وهذا يمكنك بالتالي من أن تواجه مشكلاتك وأن تتحدث بتعقل عن المخاطر التي تواجهها جميعاً.

وإذا ظهرت المخاوف بوجود الأطفال فإن عليك أن تتخذ إجراء فورياً للتقليل منه. وقد تحتاج إلى مناقشة خوفك مع قريب أو صديق أو مرشد نفسي أو أحد المتخصصين في الصحة النفسية لأن أطفالك يتأثرون بطريقتك في السلوك إلى درجة كبيرة. فإذا أظهرت اهتماماً في العواصف الرعدية والرياح القوية فإن طفلك يتعلم أن يكون مهتماً بها لا خائفاً منها. وإذا اضطررت للذهاب إلى طبيب الأسنان ثم عدت لتتحدث عن شعورك بالابتهاج لأن أسنانك الآن أصبحت في وضع جيد، فإن أطفالك سوف يطورون غالباً اتجاهاً مشابهاً.

د. مصطفى أبو سعد

الفصل السادس

١- تخويف الطفل

٢- السخرية من الطفل

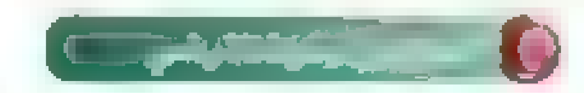
٣- جهل الطفل بحقيقة الأشياء التي يخافها أو الأحداث التي يسمع عنها.

٤- تقليد الطفل للوالدين أو الإخوة أو مما شاهده في وسائل الإعلام كالأفلام

٥- يخاف الطفل أحيانا لجذب انتباه والديه و معلميه

٦- شعور الطفل بعدم الاستقرار والأمن في الأسرة

٧- الاهتمام الشديد من قبل الوالدين والانزعاج الواضح يكرس لدى الطفل الخوف ويدعمه

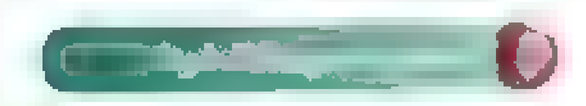


- قوة خفقان القلب وسرعته وتغيرات في نسب المواد الدهنية و الكيميائية بالدم
- ظهور العرق على الجسم أو الأطراف والوجه
- صعوبة في التنفس.





- شحوب الوجه
- برودة الأطراف والشعور بالقشعريرة.
- الشعور بالدوخة
- الرغبة في التبول او الذهاب الى الحمام
- جفاف الفم وجفاف الحنجرة مما يؤدي الى صعوبة كبيرة في إخراج الكلمات
- ارتعاش الاطراف أو الشفتين
- الشعور بالإجهاد والتعب
- فقدان الشهية للطعام.
- الارق
- الاستعداد للصراخ او البكاء او الهرب
- الشعور بقرب فقدان الوعي او الدخول في حالة إغماء

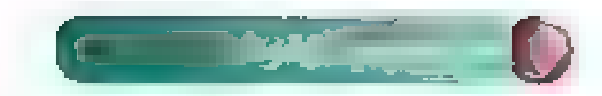


١ الصدمة

٢ إسقاط الغضب

٣ التآمر على الآخرين او المكاسب الثانوية





١- قمع انفعال الخوف

٢- السخرية من الطفل الخائف وعدم تدريبه

٣- تخويف الطفل

٤- النموذج

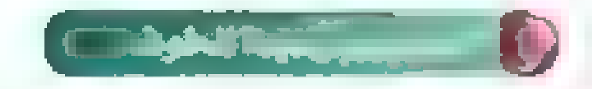
٥- تحكم الطفل في الآخرين

٦- سوء التوافق والضعف الجسمي

٧- اضطراب الجو العائلي

٨- أسباب غامضة





(أ) النقد والتوبيخ

(ب) الضبط والمتطلبات الزائدة

(ج) الصراعات الأسريه

(د) تقليد الخوف



١- هيئ الطفل للتعامل مع التوتر

٢- كن متعاطفا ومدعما

٣- التعرض المبكر والتدريجي للمواقف المخيفة

٤- عبر عن مشاعرك وشارك الآخرين بها

٥- كن نموذجا للهدوء والتفاؤل والاستجابة بشكل مناسب





١- تعديل الحساسية والاشتراط المضاد

٢- ملاحظة النماذج

٣- التمرين

٤- التخيل الإيجابي

٥- مكافاة الشجاعه

٦- التحدث مع الذات (Self talk)

٧- الاسترخاء (Relaxation)

٨- التأمل

* المرجع: مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها ص٢٣٦


الباب
الرابع
4
الحركة الزائدة وتشتت
الانتباه لدى الأطفال

الفصل الأول

ابني كثير ...

ابني لا يهدأ ...

الى أي حد لا يمضي التوتر والضيق امام ابن شيطان، لا يجلس لحظة واحدة؟ انه طفل ذكي، لكنه يسرد كثير ولا يستطيع التركيز للحظات قليلة لا في البيت ولا في المدرسة ماذا أفعل وقد جربت معه كل وسائل العقاب والتهديد والحبس والتوقيف؟!

ام علي - الكويت



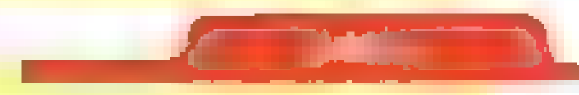


• بداية ابنتي الكريمة لا تسمي ابنك الذي وصفته بأسوأ لقب في هذا الوجود «شيطان» ابن امه وإن كان ولابد فسميه مشاغب (مع تحفظي على اطلاق الأحكام)

وعندما نسمي ابناءنا بأسوأ الألقاب ونصفهم بأسوأ الأوصاف فماذا ننتظر منهم ومن سلوكياتهم؟ واحيلك الى ما كتبناه سالفا عن رسائل اللب والإيحاء التي تساهم في تشكيل سلوك الطفل الى حد كبير وتحدد مصيره

هذا السلوك الذي حيثيته كثرة الحركة وتشتت الانتباه يعد من أكثر السلوكيات المثيرة للآباء والمدرسين، والذي يظهر في سن ما بين ٢ - ٤ سنوات، وتؤكد بداية أن مثل هذا السلوك يعد عاديا وطبيعيا لدى الأطفال ما بين ٢ - ٣ سنوات فخلال هذه المرحلة من النمو يبدأ الطفل بالمشي والحركة والاعتماد على الذات مما يثير لديه فضولا كبيرا وحبا للاكتشاف والاطلاع بلا حدود..

وحالة طوارئ نفسية تقتضيها مرحلة الانتقال من الاعتماد على الغير الى الاعتماد على الذات مما يجعل التحكم في حركته امرا صعبا وشاقا إضافة الى كون قدرة الطفل في هذا السن على التركيز محدودة جدا

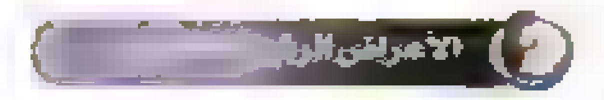


عند ظهور هذه الحركة الزائدة في سن ٥ - ٧ سنوات، تعد اضطرابا سلوكيا غالبا ما يكون مزعجا للمدرسين والأسرة وينتج هذا الاضطراب باعتباره ردة فعل لدى الطفل لحالات من الضغط والتوتر والملل بسبب الحاجات الجديدة المرتبطة بالبيئة المدرسية و حتبار يلجأ اليه الطفل لمواجهة حالات سلبية يتعرض لها

ان الجسم لدى الطفل يعد قناة رئيسية للتعبير عن حالات الاضطراب النفسي او نقص في حاجة نفسية لديه بسبب ظروف عائلية من مثل ولادة اخ جديد نال اهتمام الاسرة، و فقد الاضواء التي كانت متجهة اليه قبل المولود الجديد او فقدان احد افراد العائلة كالجد او الجدة ومرور العائلة بحالة طوارئ تركت آثارها على شخصية الطفل وقد تصبح نقطة تحول في سلوكه

● كل ما أشرت إليه سالفاً يعد سلوكاً بسيطاً وتفاعلاً مع ظروف محيطة بالطفل وتصنف ضمن السلوكيات المزعجة الممكن التحكم فيها من خلال التربية الإيجابية علماً أن هناك حالة اضطراب سلوكي لها أعراض مشابهة وهي حالة قوية ويمكن تصنيفها ضمن الأمراض التي تحتاج لعلاج عضوي وسلوكي ونفسي وهذه الحالة هي فرط الحركة مع تشتت الانتباه.

في حالة فرط الحركة، تعد صعوبة التركيز وتشتت الانتباه سلوكاً يضاف إلى غيره من الصعوبات مثل التأخر الدراسي وعدم القدرة على التحكم في الحركة لأسباب ذهنية



يتصف هؤلاء الأطفال بأن المدة الزمنية لدرجة انتباههم جداً قصيرة لا يستطيعون الاستمرار في إنهاء نشاط أو لعبة معينة يبدون وكأنهم لا يسمعون عندما نتحدث إليهم وعادة ما يفقدون أغراضهم أو ينسوا أين وضعوا أقلامهم أو كتبهم.

لا يستطيعون أن يبقوا في مكانهم أو مقاعدهم فترة بسيطة

عادة ما يتسلقون و يجرون في كل مكان في البيت في السوق يوصفون بأنهم لا يهدؤون أبداً



يحصلون على الاستمتاع بالأشياء من حولهم بسهولة

لا يستطيعون أن ينتظروا دورهم في أي نشاط ويقاطعون في الكلام

أما بالنسبة للحركة الزائدة وقلة التركيز غير المرضية فتكون نتيجة للأسباب التالية

١- الضغوط العصبية بمختلف أشكالها

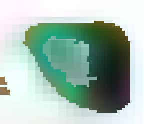
٢- الضغوط الاجتماعية بمختلف أنماطها كذلك

٣- عدم تقدير الذات والرضى عنها

٤- سهولة التشتت مع أي مثير جانبي.

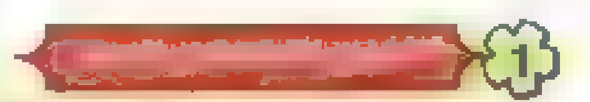
٥- اضطرابات النوم والتفكير الليلي فهو لا يعطي الفرصة الكافية من الاستغراق في النوم العميق مما يعيق التركيز والفهم أثناء اليوم



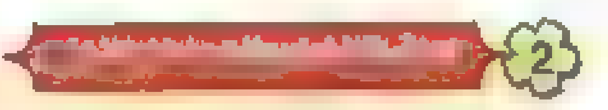


عوامل تساعد في تحسين التركيز

تبدو مشكلة قصر الانتباه القصير، أنها صعبة الحل ولكن الخبراء يقولون إن هناك أشياء كثيرة يمكنك القيام بها لمساعدة طفلك وتحسين تركيزه نوجزها في التالي



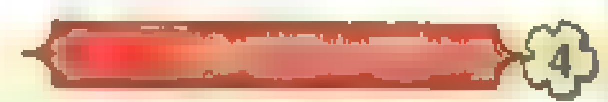
إذا كانت هذه المشكلة تحدث مع طفلك فقط في المدرسة فقد يكون هناك مشكلة مع المدرس في أسلوب شرحه للدرس. وفي هذه الحالة لابد من مقابلة المدرس ومحاورته ومناقشة المشكلة والحلول الممكنة .



إذا كانت هذه المشكلة تحدث مع طفلك في المنزل فقد يكون ذلك رد فعل لضغوط معينة في المنزل. فإذا لاحظت تشتت الانتباه أو النشاط الزائد أو الاندفاع والتهور لدى طفلك وأنت تمر بظروف انفصال أو طلاق أو أحوال غير مستقرة، فإن هذا السلوك قد يكون مؤقتا. ويقترح الاختصاصيون هنا زيادة الوقت الذي تقضيه مع الطفل حتى تزيد فرصته في التعبير عن مشاعره

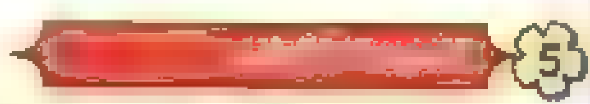
3

إذا كان طفلك قليل الانتباه وسهل التشتت ولكن غير مندفع أو كثير الحركة فعليك فحص حاسة السمع عنده للتأكد من سلامته وعدم وجود أي مشكلات به وصعوبات الاستماع ففي بعض الأحيان رغم أنه يسمع جيداً يحتمل أن المعلومات لا تصل كلها بشكل تام للمخ



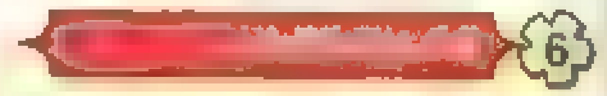
4

يجب أن تحتوي أنشطة الطفل على الحركة والإبداع والتنوع والألوان واللمس الجسدي والإثارة فمثلاً عند مساعدة الطفل في هجاء الكلمات يمكن للطفل كتابة الكلمات على بطاقات بعدة ألوان وعدد البطاقات تستخدم للتكرار والمراجعة والتدريب



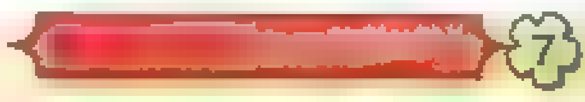
5

الطفل الذي يتشتت انتباهه بسرعة يستطيع التركيز أكثر في الواجبات والتدريبات إطول إذا كان كرسي المكتب يواجه حائطاً بدلاً من حجرة مفتوحة أو شباك



6

اقطع قطعة كبيرة من الورق المقوى على شكل صورة ما وضعها على مساحة أو منطقة تركيز الانتباه أمام مكتب الطفل واطلب إليه التركيز والنظر داخل الإطار وذلك أثناء عمل الواجبات وهذا يساعده على زيادة التركيز .

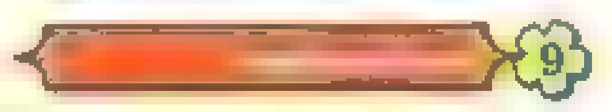


7

لتحسين التواصل مع طفلك قليل الانتباه عليك دائماً بالاتصال البصري معه قبل الحديث والكلام .

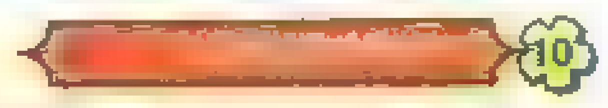
8

تعود على استخدام الجمل والعبارات بدلا من الاسئلة فالاوامر البسيطة القصيرة اسهل على الطفل في التنفيذ . فلا تقل للطفل (الا تستطيع ان تجد كتابك ؟) فبدلا من ذلك قل له (اذهب واحضر كتابك الان ثم قل له : ارني ذلك)



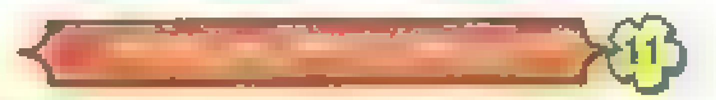
9

يقول د . جولد ستاين (الخبير التربوي للاطفال) دائما اعط تعليمات إيجابية لطفلك فبدلا من ان تقول لا تفعل كذا ، اخبره ان يفعل كذا وكذا . فلا تقل (ابعد قدمك عن الكرسي) وبدلا من ذلك قل له (ضع قدمك على الارض) والا سوف يبعد الطفل قدميه عن الكرسي ويقوم بعمل آخر كأن يضع قدميه على المكتبة



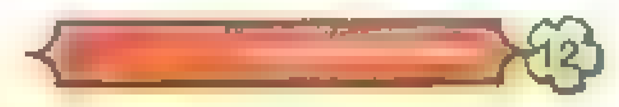
10

عليك إعداد قائمة بالاعمال والواجبات التي يجب على الطفل ان يقوم بها ووضع علامة (صح) أمام كل عمل يكمله الطفل وبهذا لا تكرر نفسك وتعمل هذه القائمة كمفكرة ، والاعمال التي لا تكتمل اخبر الطفل ان يتعرف عليها في القائمة



11

كن صبورا مع طفلك قليل الانتباه فقد يكون يبذل اقصى ما في وسعه فكثيرا من الاطفال لديهم صعوبة في البدء بعمل ما والاستمرار به .



12

خبراء نمو الاطفال ينصحون دائما بتجاهل الطفل عندما يقوم بسلوك غير مرغوب فيه ، ومع تكرار ذلك سيتوقف الطفل عن ذلك لأنه لا يلقى اي انتباه لذلك والمهم هو إعطاء الطفل كل انتباه عندما يتوقف عن السلوك الغير مرغوب ويبدأ في السلوك الجيد



13

التزم بالأعمال والمواعيد الموضوعة ، فالأطفال الذين يعانون من مشكلات الانتباه يستفيدون غالبا من الأعمال المواظب عليها والمنظمة كأداء الواجبات ومشاهدة البرامج النافعة في التلفاز وتناول الأكل باعتدال ويوصى بتقليل فترات الانقطاع والتوقف حتى لا يشعر الطفل بتغيير الجدول أو النظام وعدم ثباته

14

لكي تبقى طفلك مستمرا في عمله فترة أطول ينصح الخبراء السماح بالطفل ببعض الحركة أثناء العمل فمثلا أن يعطى كرة مصنوعة من الخيط الملون أو المطاط يلعب بها أثناء عمله

15

كثير من الأبحاث لا تحذر من السكر كثيرا ولكن يرى بعض المختصين انه يجب على الآباء تقليل كمية السكر التي يتناولها الطفل فبعد استخلاص ما يقرب من ١٤٠٠ طفل وجد حوالي ثلث الأطفال يتدهور سلوكهم بشكل واضح عند تناولهم الأطعمة المرتبطة بالسكريات وأثبتت بعض البحوث أيضا أن الطعام الغني بالبروتين يمكن أن يبطل مفعول السكر لدى الأطفال الحساسين له لذلك إذا كان طفلك يتناول طعاما يحتوي على السكر فقدم له مصدر بروتين كاللبن ، أو البيض أو الجبن ...(١)

(١) مجلة ولدي عدد ٣٠

2 العلاج الدوائي

حاول الباحثون والأطباء منذ زمن قديم الحصول على نتائج فعالة مع أنواع متعددة من العلاجات الدوائية والنفسية السلوكية والتربوية. وظهرت أنواع وبرامج متعددة في التربية الخاصة سعيا لمكافحة هذه الحالة من غير علاج دوائي والاكتفاء بالتدخل السلوكي. غير أن آخر الدراسات الدقيقة والتي أجريت من قبل فريق كبير من الباحثين احتوى على أطباء وأخصائيين في علم النفس وتم اختيار أنواع متعددة من العلاج وجدت أن العلاج الدوائي الفعال هو العلاج الأساسي ويضاف له برامج تربوية وتدريبات للوالدين وطرق خاصة للتعامل من قبل المدرسين.

وفيما يلي سنعرض العلاج وأنواعه وفكرة مبسطة عن كل نوع



❖ ومن أنواع هذه الأدوية والتي نرجو أن يستشار فيها الأطباء المسلمون المتخصصون

١ ميثايل فينيدات (ريتالين): وهو الدواء الوحيد المتوفر في البلدان الإسلامية، وهو الدواء الأكثر استعمالاً في العالم لمكافحة هذه الحالة وفعاليته عالية إلا أنه قصير المدة من حيث المفعول وله عوارض جانبية متعددة لكنها ليست خطرة وتنتهي بانتهاء مفعوله

٢ ديكسدرين: وهو أطول مدى ومفعوله يشبه (الريتالين)

٣ (أدريال) و(كونسيرتا): وهما أحدث الأدوية التي تم تركيبها حديثاً للحصول على مفعول أقوى وقليل الضرر.

٤ الأدوية المضادة للاكتئاب ثلاثية الحلقة: وهي فعالة بالنسبة لتقلب المزاج وقلة التركيز لكنها تحتاج لوقت أطول لبدء مفعولها وقوة مفعولها محدودة

٥ دواء (ستراتيرا): وهو مضاد للاكتئاب جديد وهناك أبحاث واعدة حول فعاليته

فعالية الأدوية المنشطة في الأعراض التالية

١ تقليل الحركة

أ- تحسن بشكل كبير

ب- قلة التحرك

٢ تساعد الطفل على التركيز أكثر

أ- يدقق أكثر فيما يعمل ويفكر

ب- تزيد التركيز.

ج- تحسن الانسجام بشكل قصير وطويل

٣ تقليل الاندفاعية

أ- تقل الاندفاعية بدرجة كبيرة

ب- تحسين التفكير قبل التصرف

٤ تقليل الانفعالية

أ- تحسن لحد

3 العلاج السلوكي

❖ يتلخص العلاج السلوكي في أمرين

- تدريب الوالدين على تعديل السلوك
- تزويد الطفل بمهارات فقدها بسبب هذا الاضطراب

❖ وأهداف هذا العلاج كالتالي

١ زيادة الوضوح فيما هو مطلوب من الطفل

٢ معرفة الأوامر بدقة وتوابعها من حيث العواقب والمكافآت

٣ مساعدة الطفل على معرفة الخطوات التي تتكون منها الأشياء المطلوب إنجازها

٤ زيادة النظام في حياة الطفل

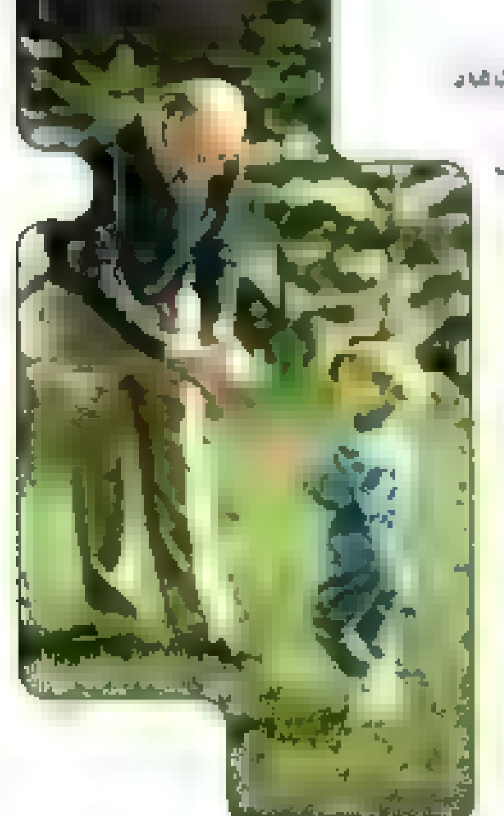
أ ترتيب أغراضه

ب استخدام مفكرات للتنبيه [illegible]

٥ زيادة قدرته على توقع ما يمكن أن يحدث

أ وضع جدول للإنجاز والمهام

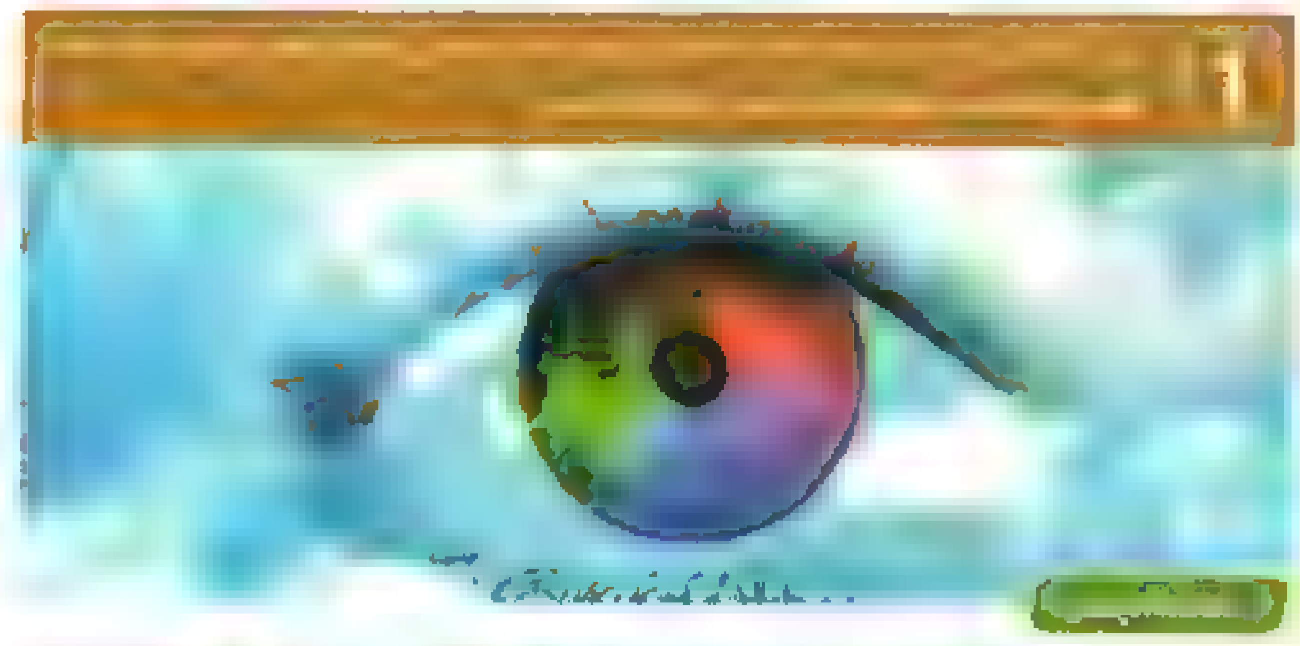
ب إزالة الأشياء التي تسبب تشتت الانتباه



*المصدر: مجلة ولدي عدد ٣٠

نصائح مهمة

نصائح لتقليل من تشتت الطفل ودفعه للتركيز اثناء التحصيل او اداء اي مهمة تحتاج للجلوس والهدوء كتناول الطعام مثلاً فهي ما يجب تعميده في البيت و تفعيل في المدرسة بالتنسيق مع المعلمة والاتفاق معها دون على إعانة الطفل على تجاوز هذه المرحلة بسلام. وهي كالتالي



- [illegible]
- [illegible]

- يحاول ... سماع لهجة جهوية كالتعرف مثلاً مع تغيير نغمات الصوت وانفعالاته مثل تحديث الأشياء ويسمع في الوقت نفسه

- يجب خلو المكان من أي مشتتات سمعية أو أشياء تصدر أصواتاً ولو حتى غطاء القلم الذي يضغط فيحدث صوتاً وهكذا.

- يجب إعداد ملخص بعد الانتهاء من كل جزئية ثم شرحها واسترجاع ملخصها مرة أخرى، ثم سؤاله عما استوعبه أو فهمه أو استمع له مما قبل

- يجب أن يتم التواصل باللمس عن طريق الربت أو التمليس على الشعر أو اليدين كل فترة لتنبيه حاسة اللمس بلطف



نحو ... كما يحتاج الحسي ... [illegible]



هذا على مستوى المنزل. أما المدرسة فيجب أن يلفت نظر المدرسة إلى الآتي:

- [illegible]
- لا بد من القناعة بالتعامل معه [illegible] ومنحه وقت أكبر لأداء مهامه عن الآخرين.
- [illegible]
- [illegible] للفصل.
- [illegible]

10 عشر نصائح للأهل

المصدر: جريدة البلد عدد ١٠٩ ٢٠٠٤ م

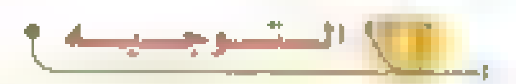
أولها مديح الطفل.. ثم المديح

إذا كان طفلكم يعاني من صعوبة في الانتباه أو في مشكلات في التصرف أو حتى من افراط في الحركة. هذه بعض الإرشادات التي يمكنكم تتبعها لمساعدته للتأقلم.



المـــــديـــــح

ان المديح يمنح الطفل الفخر والثقة بالنفس. عمل ان تستعمل دائما عبارات مثل: شاطر جيد. وتصفق له وتقبله كلما قام بعمل ما حسن. والهدف دائما هو تشجيعه على المثابرة لقيام بأعمال جيدة



الـتـوجـيـه

يجب تنبيه الطفل إذا قام بعمل غير ملائم وعدم اللجوء الى اسلوب التوبيخ اذ يجب توجيهه بطريقة لا تجعله ينكفئ على نفسه.

قـانـون مـوحـد

يجب أن يكون القانون واحدا في المنزل مع كل أعضاء العائلة. ويجب أن يكون القانون روتينيا بالنسبة الى الطفل.

تحـديـد الأوامـر

تحديد الاوامر بوضوح لكي يستطيع الطفل فهم الأوامر وتنفيذها. يجب عليك تحديدها بحسب قدرته على الفهم، ولا تفضل الانتقال من امر الى آخر بسرعة وقبل الانتهاء من الاول



إعادة التعليمات

إعادة التعليمات له ثم الطلب منه إعادة ما طلب منه مثلا ماذا قلت لك وذلك باستعمال النظر إلى عيني الطفل والاستماع له للتأكد ما إذا كان قد استوعب ما قلناه له

وضع الطفل في مدرسة عادية

مع برنامج للحالات الخاصة و مع دعم خاص في صف عادي يجب الاستعانة بمعلمة تعرف وضع طفلكم، ويجب اطلاعها على التعليمات. في بعض الحالات فقط قد يحتاج بعض الأطفال إلى الالتحاق بمدرسة خاصة بالأطفال ذوي الحاجات الخاصة

تخفيف ما يمكن

تخفيف ما يمكن أن يسبب الانصراف عن الدرس أو الكتابة ووضع الطفل أثناء الدرس في مكان هادئ وتشجيعه تكرارا حسب الحاجة

أعطوه أكثر وقت ممكن في البيت والمدرسة

يحتاج طفلكم إلى الكثير من وقتكم وعنايتكم ومحبتكم وصبركم. لا تسبقه عند الشرح أو تنفيذ المهمات الموجهة عليه مثل العروض أو الامتحانات لتقييم مدى استيعابه للمواد المطروحة وقد لا يكون الوقت المعطى للامتحان كافيا وذلك لأن الأطفال المصابين بصعوبة في الانتباه يتأخرون بسبب صعوبة التركيز وليس بسبب نقص في الذكاء

الجلوس بجانب المعلمة

وذلك لتخفيف إمكانية اللهو

فرصة صغيرة

بعد القيام بعمل تركيزي معين (استراحة).



ابني يضغط على أعصابه.. ابني لا ينضبط.. كيف أضبط سلوك ابني وأتحكم فيه؟ أسئلة الأمهات الشائعة التي نسمعها باستمرار كتابة أو خلال الدورات التربوية

يملك الطفل الطبيعي طاقة تجعله ممن يحلو له العمل لا يكل ولا يمل من الحركة والتنقل هنا وهناك وقد يجعل المنزل رأساً على عقب. المحبة تقف لتبني عمل الطفل لتجربة وإن كان بقصد اللعب والمرح بالنسبة له على الأقل. فقد تجد ابنك الذي يبلغ العامين من العمر وقد كتب على الحائط مستخدماً أحمر الشفاه، أو ابنتك ذات الخمس سنوات وقد أخذت لنفسها قطعة من الحلوى بعد أن منعتها من ذلك أو اكتشفت أن ابنك ذا السبع سنوات قد أخفى عنك أشياء. تلك أمور يومية لا يملون ممارستها ولا يمل المربي منها أو معاقبتهم عليها بالطريقة نفسها مراراً وتكراراً

وعندما تجد نفسك أمام موقف كهذا فإن أول ما قد يرد إلى ذهنك هو الانفجار في وجهه. إلا أنك قد تقرر بينك وبين نفسك أن تكون أكثر صبراً في التعامل مع هذه الأمور. فما عليك إلا أن تعرف جيداً بأنك إذا لم تتمالك أعصابك فإنك ستضطر إلى الاعتذار أو حتى الدفاع وتبرير ما قمت به. كل ما تحتاج إليه هو خطة معينة، وقد تكون هذه الخطوات التي نقدمها لك هي إحدى الوسائل التي يمكنك الاستعانة بها التي لن تركز على الخطأ الذي ارتكبه طفلك بل على رد فعلك تجاه ما قام به. فلذا ما تحتاج إلى استخدام هذه الطريقة التي لن تستغرق أكثر من ٦٠ ثانية. فإن الأثر الذي تسعى إلى تركه في نفس طفلك قد يصبح أكبر قوة وأكبر حجماً، فستصبح من خلالها أكثر سيطرة، كما سيصبح طفلك أكثر توقعاً لما قد يحدث، كما ستكون قدوة بالنسبة لطفلك وستبني لديه السلوك الذي تريده أن يقتدي به من خلال هذه الخطوات البسيطة

نشرت جريدة الاتحاد الإماراتية في ملحقها (دنيا) عرضاً لكتاب (كيف تضبط طفلك في ٦٠ دقيقة) اخترنا منه بعض الأفكار نقدمها لقرائنا

٠ - ١٠ دقيقة

أول ما يمكنك أن تقوم به هو التصرف بسرعة كبيرة حد الإله الحادة من يد طفلك وابعده عن المكان. يقول (د. توني وولف) كاتب العديد من الكتب عن التعامل مع الأبناء: تدخل بسرعة ولا تأمر طفلك بالتوقف وتتوقع منه أن ينفذ ما تقول، إن عامل الأمان هو الأهم. فإذا ما وجدت أن طفلك قد يعرض نفسه لأي خطر كان، فعليك أن تتصرف بسرعة. كما عليك أن تبعد كل الأشياء التي لها علاقة أو التي قد تكون قد أحدثت هذه المشكلة. يجب أن يمكن طفلك من التركيز عليك وعلى الموقف. ولا تشتت تفكيره بقطعة الحلوى التي أكلها. حاول أن تبعد طفلك عن مسرح (الجريمة)، فقد تؤدي هذه الخطوة إلى إبعادك عن هذه الفوضى كي لا تقول أو تفعل شيئا تندم عليه

١٠ - ٢٠ دقيقة

تذكر نصيحة مضيفي الطيران قبل الإقلاع والتي ينبهونك فيها إلى ضرورة وضعك قناع الأوكسجين في حالة حدوث أي طارئ قبل أن تساعد طفلك على وضعه. وقد يكون التعامل مع عواطفنا هو شيء يشبه هذه الحالة، فكل ما عليك فعله هو الانتباه قبل كل شيء إلى نفسك. ويقول (د. وولف): قد لا يكون غضبك في حد ذاته هو المشكلة. ولكن المشكلة الأهم هي كيفية تعاملك مع غضبك هذا. إن تقسم بألا تغضب أبدا قد يكون شيئا مستحيلا. وسيجعلك تشعر بالاستياء كثيرا. إضافة إلى أن الأطفال يشعرون بانزعاجك حتى وإن حاولت أن تخفي هذا الأمر عنهم. كل ما عليك أن تفعله هو أن تحد من غضبك. هذا ما لو عرفت وسط عائلة صاخبة، كل من فيها يصرخ، فقد يصبح ضبط الطريقة التي قد تعبر فيها عن مشاعرك أمر شديد الصعوبة. عليك أن تغير الطريقة التي تعبر بها عن غضبك. فبإمكانك أن تعبر عن غضبك دون أن تقول له أي كلمة قد تجرحه

مدى انزعاجك. فذلك سيساعدك بدون أدنى شك على التعامل بطريقة جيدة مع الموقف. بالإضافة إلى أنه سيسمح لطفلك فرصة لفهم ما تقوله

تذكر

إن ما سيرتسم في وجه طفلك قد يعوض من عملية تعليم الطفل نفسه، فكل ما سيركز عليه هو غضبك وطريقة تعبيرك عنه وسينسى الخطأ الذي ارتكبه

٢٠ - ٣٠ دقيقة

اصنع لنفسك فرصة لبضع ثوان لتركز فيها على ما حدث وتتذكر د. روزنكويست عندما قام ابنها بأخذ قلم تخطيط يمسح اللون في غرفة المعيشة وتقول: لقد كتب على الكرسي وعلى الحائط، مما جعلني أستشيط غضبا، بينما بدا ولدي مصدوما وحزينا جدا بسبب ردة فعلي، وإذا ما كنت تمهلت قليلا لوجدت بأن كل ما فعله هو تقليد لأحد أفلام الكرتون. فمن وجهة نظره كان الأمر عبارة عن محاولة رائعة مليئة بالإبداع، صحيح أن تصرفك على هدف أسلك مما فعله لن يصلح أو ينظف الكرسي إلا أنه سيجعل تصرفه هذا يقع في خانة مختلفة تماما

يمكننا أن نعد هذه اللحظة هي لحظة تأمل، ولنتمكن من الوصول إليها، كل ما عليك فعله هو أن تفصل هذه الحادثة عن جميع الحوادث الأخرى المشابهة التي حدثت فيما سبق، وتلك التي تتوقع أن تحدث مستقبلا وعندما تنظر إليها باعتبارها شيئا حدث الآن وفي هذا المكان، وباعتبارها حدثا واحدا بدلا من أن تنظر إليه باعتباره شيئا متكررا فمن تأخذ الأمر بالجدية التي اعتدتها

كما أنه سيكون الوقت المناسب لتكتشف مصدر هذا الفعل. اسأل نفسك ما إذا كان هنالك ما يتعين عليك فعله للحد من سلوك كهذا مستقبلا، واعمل على تغييره فبدلا من أن تقول: أخبرتك مرارا ألا تقوم بهذا، كما أنه لا يهم إن أخبرت طفلك مرارا وتكرارا بأن يمتنع عن كذا وكذا، فما زال يتعين عليك أن تخبره أيضا ولكن بهدوء.

٣٠ - ٤٠ دقيقة

حاول أن تجعل ابنك يحس ويتحمل مسؤولية الخطأ الذي قام به، بعد أن تتحدث إليه وتخبره عن سبب غضبك، واشرح له السبب الذي جعلك تطلب إليه شيئا معينا، والعواقب الحقيقية التي قد تنجم عن أي فعل يقوم به. بدلا من أن تخبره عن الطريقة التي ستعاقبه بها، اتهمه مثلا بأنك لن تتمكن من إزالة أثر القلم، وكلما قل عمر طفلك قلت معه الكلمات التي يتعين عليك استخدامها لتوضيح له الأمر، انزل لمستوى طفلك وانظر إلى عينيه، ويجب أن يستمع إلى الخطأ الذي قام به، وما كان يتعين عليه فعله لإصلاح خطئه. كأن تقول: ما كان عليك أن تكتب على الحائط، كان بإمكانك أن تأخذ ورقة إذا أردت الكتابة، أو ما كان يجب أن تأكل قطعة الحلوى الآن، فسيحين موعد العشاء بعد قليل وانسي الأمر بعد ذلك.

٤٠ - ٥٠ دقيقة

يعتقد العديد من الآباء أن العقاب هو واحد من أهم الوسائل في تربية الطفل، إلا أن معظم الخبراء يتفقون على هذا الأمر، ويقول د. دوبسون: «أن تقوم بأخذ قطعة الحلوى من يد طفلك ثلاث أو أربع مرات متكررة وتخبره أنه ممنوع من أكل الحلوى قبل موعد الطعام سيمضي بالغرض وسيؤدي إلى القضاء على سلوكه هذا» كما تشير د. وولف إلى أن العقاب لا يمكن أن يكون في يوم ما الطريقة المثلى لعلاج المشكلات السلوكية لدى الطفل، وتضيف: إذا ما قام طفلك برمي الكرة في أرجاء المنزل، فكل ما عليك فعله هو أن تأخذ الكرة منه، ولا داعي لأن تعاقبه على مثل هذا الأمر، أما إذا ما كان ذلك السلوك الذي يصدر من طفلك يثير قلقك، فكل ما عليك فعله هو تمرير تلك الرسالة التي تريد توجيهها لطفلك من خلال مناقشة ما حدث في وقت لاحق.

امنح طفلك فرصة التفكر والتعرف على تبعات الأمور التي قام بها، هذا على أن تختارها بعناية فائقة، وفي حالة تجاهل ابنك مرارا التعليمات الواضحة التي أعطيتها إياه بهذا الشأن، فالأفضل من ذلك هو أن تجعله يتحمل تبعات أفعاله، فإذا ما كان يضرب الصبية الآخرين فعليك أن تمنعه من مشاركتهم اللعب.



إن الشعار الدائم الذي يجب أن نتبعه ولدى الأمور هو الاستمرارية والثبات، فالأطفال يفكرون دائما بصورة منطقية وهو ما يجعلهم يستنتجون أنه إذا لم يكن الأب والأم يطبقان قوانينهما بصورة مستمرة فهذا يعني بأنهما لم يكونا جادين فيما قالاه. إن الفكرة المهمة هي أن تقوم بوضع عدد قليل من القوانين على أن تقوم بتمريرها وتأكيدها بصورة مستمرة ولهذا لا تقم بتحذير أبنائك ووضع شروط تعلم جيدا بأنك لن تستمر في فرضها كأن تقول له «أنت ممنوع من أكل الحلوى إلى الأبد» أو «أنت ممنوع من الخروج واللعب لمدة شهر كامل» وغيرها من الجمل التي سترعب طفلك وفي الوقت ذاته ستقلل من سلطتك وتضعف من مكانتك

وعندما تقوم بكل ذلك ستجد بأن خطة الـ ٦٠ ثانية قد كانت بسيطة جدا إلا أنها لا تزال بحاجة إلى أن تفكر بروية في أهدافك وأن تتحلى بقدر من التحكم والسيطرة على الذات، والسبب في ذلك هو أن التربية الجيدة هي أكثر بكثير من مجرد منع طفلك من رمي الطعام على الأرض أو الكتابة على الجدران، رسالتنا الحقيقية هي أن ننقل أفكارنا وقيمنا إلى أبنائنا وأن نوضح لهم بأننا نتحلى بقدرتنا على ضبط ذواتنا وهو ما نحاول أن نعلمه لهم



ونحن الآن بصدد إلقاء الضوء على هذه الطريقة الحديثة التي تعرف باسم العلاج النفسي باللعب (ع. ل.) (Play therapy) (PT) إذ إنها أعطت نتائج مبهرة في معالجة وتوجيه سلوك الأطفال

الملاعبة والمداعبة مرتبطتان بصورة وثيقة بالصحة النفسية والنمو العقلي، بالإضافة إلى الابتكار والقدرة على حل المشكلات، بل والإنتاجية في العمل! ومع أننا في بعض الأحيان نعتقد أن اللعب شيء تافه إلا أنه في حقيقة الأمر واحد من أقوى الدعامات للصحة النفسية والتعلم وللأنشطة الإنتاجية. والعلاج باللعب ما هو إلا تهيئة الجو المناسب للطفل للتنفيس بواسطة الألعاب عن مشاعره المكبوتة وعن الضغوط التي تعرض لها في فترة ما من حياته كالمخاوف والإحساس بالقهر أو الوحدة. فأحيانا يمر الأطفال بأوقات عصيبة يصعب عليهم التعايش معها بسهولة مثل انفصال الأبوين والانتقال إلى منزل جديد أو الأطفال الذين تعرضوا لإساءة نفسية أو جسدية وهو ما يؤدي أحيانا بالطفل لأن يكون عدوانيا أو انسحابيا أو عصبيا





لماذا نحتاج إل

١. يسهم في خلق بيئة آمنة يستطيع الأطفال فيها أن يعبروا عن أنفسهم

٢. الأطفال لا يمتلكون القدرة اللغوية الكافية أو الإدراك الناضج للتعبير عن مشاعرهم بوسيلة مجردة كالكلمات، فالألعاب هي كلماتهم

٣. يعاني معظم الأطفال من وجودهم حول مجموعة من البالغين الذين لا يفهمونهم أو يحترمونهم، الاحترام الذي يعزز ثقتهم بأنفسهم ويفجر طاقاتهم الكامنة

٤. كما يعانون بشكل كبير عدم التقبل أو السخرية أحيانا والتي تؤدي بدورها إلى العديد من المشكلات النفسية والسلوكية

أهداف العلاج باللعب

- يهدف بشكل مباشر ادخال عنصر الإيجابية في لعب الطفل الى تفريغ انفعالاته
- ينمي قدراته على التعبير عن مشاعره ومخاوفه بطريقة ملائمة
- ينمي تقدير الذات فيشعر الطفل بالاستجابة وانه شخص قادر مع تنمية شعوره بالمحبة
- ينمي قدراته على التعبير عن مخاوفه وطلباته
- ينمي قدراته على حل المشكلات وعلى طلب المساعدة عندما يحتاج لذلك
- ينمي شعوره بالأمان من خلال بيئة تراعي خصائص وحاجات الطفل

ماذا يحدث في جلسات العلاج باللعب

أدوات العلاج باللعب

هناك ادوات ثابتة وقد تضاف أدوات حسب ما تتطلبه الحالة ويفضل ان تكون هذه الأدوات جديدة بالنسبة للطفل، فلا يجدر بالطفل اللعب بها خارج وقت الجلسة ومن أمثلتها: بالونات، دمى، مسدس، سكين بلاستيك، رمل... الخ.



شروط وضوابط في جلسات العلاج باللعب

إن تهيئة الجو المناسب للجلسات يساعد على تقبل الطفل للجلسة وللمعالج، ولذلك ينبغي مراعاة ما يلي:

- **تحديد وقت ثابت للقاء:**

يبدأ من نصف ساعة على الأقل ولا يزيد على ساعة أسبوعيا، وبوقت ثابت، علما بأن تغيير أو إلغاء الموعد يعيق التقدم ويقلل ثقة الطفل بالمعالج.

- **تحديد الحدود والضوابط:**

يجب أن تكون حسب طبيعة الأدوات وتصميم الغرفة، ويخبر بها الطفل في أول زيارة، مثل تنبيه الطفل إلى المحافظة على زجاج النافذة.

- **المكان:**

غرفة خاصة مجهزة بأدوات محددة بعيدة عن الإزعاج والمقاطعة.

- **الأشخاص:**

ألا يزيد العدد في الغرفة على الطفل والمعالج سواء كان اختصاصيا أو أحد الوالدين.

- **تقبل المعالج للطفل تقبلا تاما:**

فهذا يعد من أهم شروط نجاح العلاج، فهو الأساس لبناء علاقة جيدة بين الطفل والمعالج.



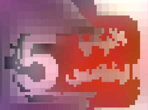


المصدر: مجلة بريد المسلم عدد ٣ سنة ٥ ٢

في هذا الموضوع سنرى كيف يكون اللعب وسيلة للعلاج. فاللعب هو اللغة الأولى للطفل وقد عرف بلغة الطفولة، وبذلك فإن المعالج يجد اللعب يكون قناة للتواصل ويبني علاقة قوية مع الطفل

ويمكننا أن نفهم الأطفال بطريقة أفضل إذا فهمنا لعبهم، فعندما نراقب الأطفال وهم يلعبون فإننا في أغلب الأحوال نحصل على معلومات عن أفكارهم ومشاعرهم ودوافعهم وهمومهم أكثر مما نحصل عليه عند الحديث معهم

وقد يكون من الصعب في بعض الأحيان فهم لماذا يقترح المعالج النفسي اللعب وسيلة للتعامل مع مشكلات الأطفال، وسنجد فيما يلي أن اللعب هو الطريقة الرئيسة التي يكتسب الأطفال بها أموراً عديدة.



4

أسئلة الأطفال ومشاعرهم



الفصل الأول

أسئلة ابني كثيرة ولا أعرف كيف أتصرف معها، تضايقني أحيانا وتحرجني أحيانا أخرى. ما العمل؟!

أبو حمود

الجواب

أسئلة الطفل نعمة من الله عز وجل، وهو أمر طبيعي وقد بدأت فطرته تتفتح لتكتشف ملكوت ربه في النفس والكون، وهي حاجة نفسية تفرضها طبيعة النمو العقلي والحسي في حياة الطفل

خمسة أخطاء ينبغي تفاديها!!

١- اعتبار أسئلة الطفل أسئلة غريبة وغير مشروعة، وهذا الاعتبار يؤثر على نفسية الوالدين ويجعل تعاملهما مع هذه الأسئلة تعاملا سلبيا.

٢- التهرب من الرد يزعزع الثقة من الولد تجاه والديه، ويترتب على ذلك عواقب سلبية تبدأ بالانطواء على الذات إلى البحث عن بدائل أخرى لاستقاء المعلومات والحصول على إجابات.

٣- الكذب على الطفل بدعوى صغر السن وعدم إدراكه للحقائق، والطفل ذكي مما نتصور ويختزن كل الأمور في عقله وذاكرته، ويوما ما سوف يكتشف هذا الكذب وتضيع ثقته في والديه.

٤- إظهار الحرج والتلعثم أثناء الإجابة قد تطبع في نفسية الطفل فكرة سلبية حول أسئلته ومواضيعها.

٥- قمع الفضول وإسكاته بالعنف قد يولد لدى الطفل إما انطواء وضعفا في الشخصية وإما عنادا حادا وعدوانية.

سبع قواعد للرد على أسئلة الطفل

١- أجب عن كل سؤال يطرحه ابنك مهما كان.

٢- اختر الأسلوب والعبارات المناسبة لسنه وقدرته على الإدراك.

٣- [illegible]

٤- [illegible]

٥- [illegible]

٦- كن لطيفا أثناء الإجابة ولا تنفعل.

[illegible]

ابني لا يتوقف



لدي ابن عمره ٤ سنوات لا يتوقف عن الأسئلة... مما يصيبني بنوع من التوتر ونفاد الصبر لدرجة أنني تنتابني النرفزة وأصرخ في وجهه كثيراً... هل أسئلته تعني أنه سيصبح مستقبلاً ثرثاراً كثير الكلام؟ وكيف أتعامل مع أسئلته؟

هند العجيري - الكويت

الجـــواب

البحث عن الأجوبة مع الطفل ممتع ويساعد الطفل على تنمية مهارة رائعة من مهارات الحياة: تعلم التعلم.

منذ ولادة الطفل وإلى وصوله سن الـ... ما بين ٣-٤ سنوات، ولأن الآباء والأمهات وبيئته العائلية تمنحه معلومات وتفسيرات عن: كيف؟ ولماذا؟، حتى في الحوارات العادية داخل الأسرة ومن ثم ينمون لديه هذه الحاجة



الحاجة إلى الأجوبة

الطفل الرضيع منذ ولادته تظهر ملامح تعبر من خلالها عن حاجته للمعلومات، وبالتالي حاجته إلى الأجوبة... والآباء والأمهات عادة وحتى قبل اكتساب الابن اللغة يتواصلون معه من خلال ملامح الوجه وحركات الجسم ونغمة الصوت، ويتم تبادل التوافق والانسجام وخلق نوع من الألفة

[illegible]

حينما يكون الطفل بحاجة الى التأكد من شخص قريب لمعطيه ضمانات تمنحه الأمن والطمأنينة بعدم خطورة العالم الخارجي او بانه طفل مقبول ورائع وانه محبوب ومرغوب فيه، واحيانا اخرى يعبر عن ارتباطه بشخص معين او شيء ما، وغالبا ما يكون اسئلة لماذا؟ لمعرفة معلومات اكثر عن جودة شيء ما لعبة، جهاز، اثار اهتمامه وانتباهه

إن مرحلة «لماذا ؟» مرحلة طبيعية بالنسبة للأطفال وينبغي حسن التعامل معها لانها تعد نوعا من الإعداد ايضا لمرحلة الدراسة..

ان كلمة «لماذا ؟» هي ايضا «كيف» وليست سؤالا عن الاسباب ذاتها ولكن احيانا يقصد منها الطفل الجانب العملي «كيف؟» وليست فلسفة الشيء عبر سؤال «لماذا؟» ويمكن للأم معرفة قصد الطفل اذا لم تبد اقتناعا بجوابها عن سؤال لماذا؟ مما يدل ان الطفل يقصد «كيف؟» يعني الجانب العملي واهم شيء في هذا الجانب الرسومات المساعدة لتحقيق شيء في نفس الطفل يعني الإجراءات العملية المحسوسة

[illegible]

للإجابة عن اسئلة الطفل ونيل رضاه يكفي اعطاؤه معلومة واحدة، وهذا يتم حين يجد الطفل نفسه أمام حدث و تجربة تحتاج لإثارة سؤال محدد من نوع متى؟ كم؟ اين؟

واحيانا اخرى يسأل لماذا؟ و كيف؟ وبناء على الإجابات التي يتلقاها الطفل يبني مواقفه ومن هنا فالطفل يبتغي التفكير والتعمق في اجاباتنا لاسئلته، لانها ليست مجرد معلومات وانما تشكل منطلقات يبني عليها مواقفه وسلوكه و ايضا قيمه ومعتقداته ومشاعره واحاسيسه

وحين لا يجد اجابات مقنعة سيعود حتما لطرح السؤال مرة اخرى متذكرا بالتحديد ما سبق وسمعه من ردود سابقة، لم تقنعه وعدها ناقصة، ويحاول المقارنة بينها وبين ما سيسمعه من معلومات جديدة، وهذه علامات النمو العقلي السليم والاتجاه نحو النضج والاكتمال

الطفل ينتظر من الكبار معرفة الاجابة وعدم التردد والتهرب منها، والرد بدقة وتحديد بعيدا عن تخليط الاجابة و غموضها، واهم شيء مراعاة حاجات الطفل وقدراته العقلية

تعلم التعلم

ان هدف المربي الاساسي مساعدة الاطفال لتحقيق النضج والتكامل في النمو بمختلف انواعه لاستكمال بناء الشخصية الناجحة. لهذا من الضروري إعطاء الاطفال الادوات وتعليمهم مهارات خاصة يمكنهم استخدامها في حالات الحاجة و الضرورة بدل اعطائهم الحلول الجاهزة لتساؤلاتهم... بمعنى اوضح ان نمنح الاطفال فرصة لتعلم كيف يجدون الحلول الخاصة بمشكلاتهم



من خلال رفع مستوى المهارات و القدرات الذاتية وتعليمهم كيف يستخدمون المعلومات التي تصلهم من [illegible] وتعمل على تنمية هذه المهارات والمعلومات واغنائها من خلال المحاولات اليومية التي يجربونها

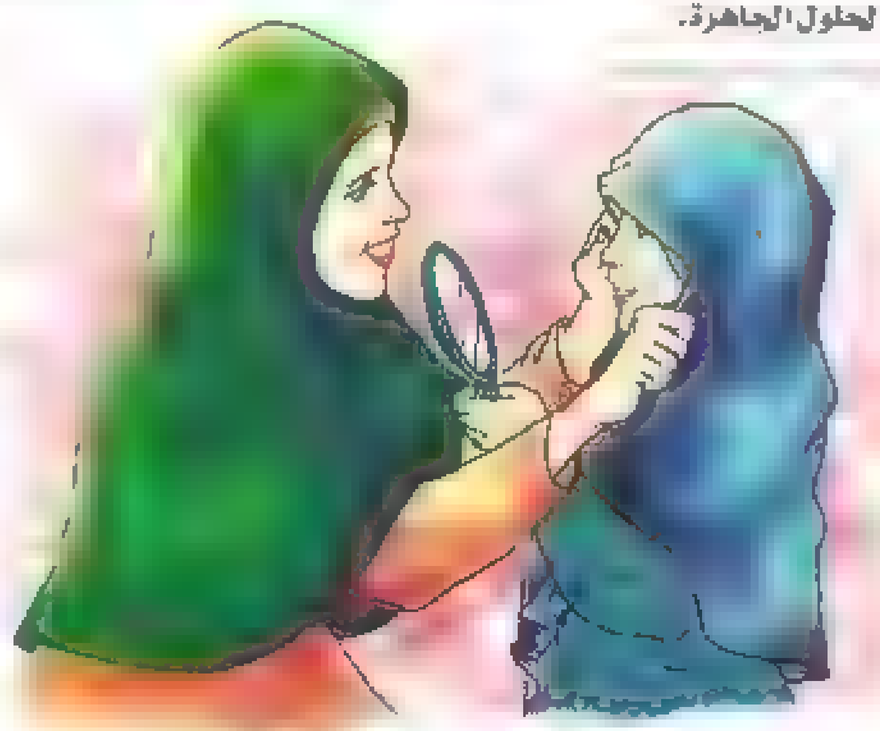


[illegible] بمعلومات اكبر وتجارب اكبر

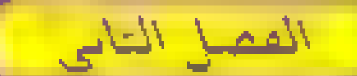
[illegible] الاجابة عن اسئلة التلاميذ

باختصار

- كوني دوما مستعدة وفي متناول الطفل للرد على تساؤلاته
- أثيري دوافع لديه ليطرح أسئلة
- تعلمي كيف تردين بمصداقية ومراعاة لقدراته ومراحل نموه
- استعيني بكل الوسائل التعليمية للرد على أسئلته من كتب وصور وموسوعات وأشرطة مرئية.
- أوجدي حلولا بالتعاون مع الطفل.
- علميه كيف يتعلم ويعتمد على ذاته..
- اجتنبي إعطاءه الحلول الجاهزة.







برنامج تنمية التفكير

وضع سترنبرج في برنامجه لتنمية التفكير سبعة مستويات للإجابة على أسئلة الطفل.

كأن تكون الاستجابة: توقف عن هذه الأسئلة، لا تكن كثير التساؤل، لا تزعجني بأسئلتك الخ. وهنا تصل إلى الطفل رسالة تحمل له أمرا بالصمت، فالأسئلة مصدر إزعاج وبتكرار هذه الاستجابة يتعلم الطفل عدم توجيه أسئلة أي يتعلم ألا يتعلم. قد تكون لدى الوالد أو المعلم ما يدفعه لهذه الاستجابة ولكن من حق الطفل أن يعرف الآباء والمعلمون تأثيرها

وفي هذا المستوى لا يقدم المجيب إجابة حقيقية، ففي سؤال: لماذا لا نرى الله؟ قد يجيب: لأنه ربنا ونحن لا نرى ربنا

وهنا تتاح للطفل معرفة شيء جديد، أو قد يعترف الوالد أو المعلم بأنه لا يعرف كل شيء، وكلاهما إجابة معقولة ومقبولة في بعض المواقف، ولكن ليست أفضل الإجابات

[illegible]

من مصادر موثوق بها كأن تكون الموسوعات العلمية، سوف أبحث عن إجابة سؤالك في كتاب المفسر و كتاب العقيدة، و لذا لا تسأل فلانا فقد درس هذه الأمور. وهنا سنعلم الطفل أن المعرفة التي لا يمتلكها يستطيع الحصول عليها ببذل الجهد والسعي.

[illegible]

هنا يقر المجيب بأنه لا يعرف الإجابة، ويطلب من الطفل اقتراح ما يراه تفسيرا مناسبا أو إجابة مناسبة. و الوضع الأمثل أن يشترك المربي والطفل في البحث حتى يتوصلا إلى بدائل متعددة للإجابة عن السؤال.

[illegible]

وهنا لا يكتفي المجيب بتشجيع الطفل على التوصل لبدائل متنوعة، ولكن يناقش معه طرق تقييم مصداقية كل بديل. ففي سؤال لماذا لا نرى الله؟ إذا كانت الإجابة أن رؤية الله نعمة عظيمة وجائزة لا يستحقها إلا المؤمنون الصالحون وهم من سيمكنهم الله سبحانه وتعالى من رؤيته عندما يدخلون الجنة. إذا كانت هذه هي الإجابة فكيف نستبعد فكرة أن الله لا يحبنا، ولذلك لا نريد أن نراه؟ أو كيف نستبعد فكرة أن الله غير موجود - سبحانه - ولذلك لا نراه؟

هنا يتعلم الطفل كيف يختبر صحة الإجابة

[illegible]

هنا يسعى المجيب لتشجيع الطفل على القيام بتجربة، وذلك بجمع معلومات تساعده على المقارنة بين البدائل، وبذلك يتعلم الطفل ليس فقط كيف يفكر وإنما أيضا كيف يتعامل مع أفكاره. وقد لا يكون من اليسير أو من الممكن اختبار مصداقية كل البدائل ولكن من الممكن دائما اختبار مصداقية بعضها. ولا بد من التنبيه إلى أنه قد لا يتاح للمربي أن يصل إلى المستوى السابع إما لضيق الوقت أو لقصور المصادر أو لعدم مناسبة هذا المستوى لعمر الطفل، وهنا يختار المربي المستوى المناسب للموقف وهي دعوة حقيقية أساسية أن المستويات الأعلى أكثر فاعلية في تنمية المهارات المعرفية والذكاء.

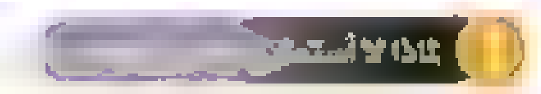
المزايا التسع لتوجيه الأسئلة بدلاً من إعطاء الإجابات

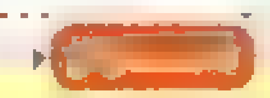
1. تساعد الأسئلة على اكتشاف أبعاد المشكلة
2. تساعد الأسئلة طفلك على اكتشاف الاختيارات المتاحة أمامه
3. تساعد الأسئلة طفلك على التعرف على أهدافه وأغراضه
4. تعمل الأسئلة على استخلاص حلول من إجابات طفلك
5. توحي الأسئلة لطفلك بأن تثق في قدرته على حل أي مشكلة
6. تضع الأسئلة على عاتق طفلك مسؤولية إيجاد حلول بنفسه
7. تمكنك الأسئلة من مساعدة طفلك على توقع النتائج المحتملة للاختيارات المختلفة، الأمر الذي يعلمه كيفية تقييم الاختيارات المتاحة
8. تعمل الأسئلة على تعليم طفلك الاعتماد على النفس والثقة في القدرة على حل المشكلات
9. إن عملية توجيه الأسئلة هي في حد ذاتها تجعلك تقوم بدور العامل المساعد أو المرشد بخلاف الإجابة التي تجعل منك منفذاً، وهي تساعد في اكتساب طفلك ما يحتاجه من مهارات وثقة لتكون خير عون له عندما لا يجد بجانبه شخصاً بالغاً ليخبره ماذا يفعل

تخيل ما الذي يمكن لطفلك أن يتعلمه عندما توجه إليه أسئلة مثل: كيف تحب أن يعاملك صديقك؟، أو ما الذي جربته بالفعل؟، ماذا يمكنك أن تفعل أيضاً؟، أو ما الذي قد يحدث لو فعلت ذلك؟، أو ماذا سيكون شعورك لو حدث ذلك؟ قارن ذلك بما سوف يتعلمه طفلك عندما تجيبه قائلاً: يجب عليك أن تتجاهله فحسب، أو اذهب لتلعب مع شخص آخر. صحيح أن الحل قد يكون جلياً أمامك، إلا أن هناك فائدة كبيرة في دراسة طفلك للمشكلة وإيجادها بنفسه مع وجودك بجانبه كمرشد تساعده وتدعمه

الفصل الثالث







لماذا لا أستطيع دخول الحمام معك يا أمي؟ لماذا لا أستطيع أن أظل عاريا؟ لماذا لا أستحم مع أختي؟ من أين يأتي الأطفال؟

لي اون لاين

هذه التساؤلات وغيرها، لا سيما التي يسألها الطفل عن أعضائه التناسلية، يجب أن تؤخذ بعين الاعتبار، غير أن بعض الآباء قد يسيئون الرد على أسئلة الطفل المحرجة، فأحيانا يعاملونها بالتعنيف والقسوة مما يشعر الطفل بالاشمئزاز من نفسه والإحساس بالذنب.

وأحيانا أخرى يعطون الطفل إجابات وتفسيرات خاطئة بسبب الإحراج أو من قبيل التبسيط، الأمر الذي قد يسبب للطفل عقدا نفسية، لهذا يجب الاعتماد على المعلومات العلمية والدينية والشرعية للإجابة عن كل الاستفسارات مهما بدت بسيطة.

يقول علماء النفس: إذا سألك الطفل عن الجنس، لا تغيري الموضوع كما يفعل كثير من الآباء والأمهات، بل انتهزي الفرصة لمناقشة الأمر وتوضيح كل المعلومات الخطأ التي يحملها طفلك وانقلي إليه فهمك

فمن الأهمية بمكان أن تجيبي عن كل الأسئلة التي يطرحها طفلك، وأفضل وسيلة لذلك هو أن تسألي

طفلك عن رأيه في الموضوع وبعد ذلك اجعلي إجاباتك صحيحة وقصيرة ومبسطة وامنحي طفلك الفرصة لتقديم سؤال متابعة قبل أن تتوسعي في التوضيح ولا تزعجي من ملء رأسه بالأفكار وواجبك هو تقديم المناسب ومساعدته في وضع النقاط على الحروف.

فعلى سبيل المثال عندما يبدأ طفلك في التساؤل عن مكان تواجده قبل أن يولد؟ يمكنك أن تجيبيه أنك أتيت من مكان في بطن أمك اسمه الرحم.

- وفي سؤال طفلك عن كيفية خروجه من الرحم تكون الإجابة: إنك عندما كنت مستعدًا للولادة خرجت من قناة صغيرة تسمى قناة الولادة، وبعد ذلك قد يبدأ الطفل عن سبب وجوده أساسًا في ذلك المكان، ويمكنك إجابته بأن حبة صغيرة من الرجل التحمت مع حبة مماثلة من المرأة وكونت الطفل.

- وفي حالة استمراره في طلب المزيد من المعلومات، بإمكانك التوسع في التوضيح بمساعدة كتاب به صور توضيحية حول الموضوع. كما ينبغي أن ننبه أطفالنا بأنه يجب ألا يستمعوا لأي بمثل هذه الأمور وإنما عليهم تأجيل ذلك حتى يكبروا.



الاستئذان

حدد القرآن للطفل أوقاتا ثلاثة حساسة يجب أن يستأذن فيها وهي قبل صلاة الفجر ووقت الظهيرة عند القيلولة وبعد صلاة العشاء وهي أوقات نوم الوالدين. أما في سن الاحتلام فيجب على الولد الاستئذان في كل وقت وكلما وجد أمامه بابا مغلقا



غض البصر

ينبغي تعويد الطفل على غض البصر فكل ما يراه الطفل ينطبع في ذهنه وذاكرته فإذا تعود النظر إلى عورات أهله سيعتاد ذلك فيما بعد خارج المنزل

ستر العورة

تعويد الطفل ستر عورته ينشئ لديه شخصية مهذبة قويمة

التفريق في المضاجع عندما يبلغ الأطفال العشرة يفضل وضع كل طفل في سرير بمفرده امتثالا لقول الرسول ﷺ: مروا أولادكم بالصلاة لسبع واضربوهم عليها لعشر وفرقوا بينهم في المضاجع. (صحيح الجامع ٥٨٦٨)

تجنب النوم على البطن فهذا يبعد الطفل عن كثير من المهيجات الحسية ويفضل النوم على الشق الأيمن مع ترديد بعض الأذكار الواردة عن الرسول ﷺ قبل النوم

والقرآن الكريم يوجهنا إلى الاستفادة مما حولنا فقد سخر الله لنا كل شيء: البحر والبر والحديد والمعادن والأرض والحيوان، كل ذلك وغيرها كثير سخرها الله للإنسان لو أحسن السؤال (بلماذا، وكيف) اكتشف نيوتن قانون الجاذبية عندما أحسن السؤال بلماذا بعدما رأى التفاحة سقطت من الشجرة إلى الأرض، وابن القيم ألف كتابا كاملا هو (الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي) عندما سأله أحد الطلبة، وهكذا كانت نهضتنا العلمية الأولى بسبب حسن الإجابة على سؤال لماذا حصل هذا؟ وكيف حدث هذا؟ ولو دربت أبناءنا على حسن السؤال عند مشاهدة الأحداث لخرجوا لنا باكتشافات واختراعات عظيمة جدا، ولهذا فإن الغرب اليوم يملكون الدنيا لأنهم أحسنوا السؤال عند رؤيته الأشياء وعرفوا القوانين الكونية واكتشفوها بعدما كانت معجزات أصبحت اليوم مسخرات



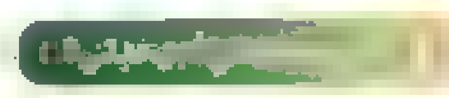


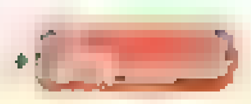
فنحن بحاجة إلى حسن السؤال وأن ندرب أبناءنا على ذلك حتى لا يتعاملوا مع الأحداث وكأنها شيء مفروض عليهم، بل يفكرون ويتأملون حتى يخرجوا لنا مكتشفا جديدا يخدم الأمة ويرفع من مكانتها.

إن حسن السؤال علم ومهارة وهو سبب من أسباب زيادة دخل كثير من مقدمي البرامج الفضائية وزيادة نسبة مشاهدة البرامج، بل إن حسن السؤال هو سبب تميز ابن عباس رضي الله عنه عندما سئل عن غزارة علمه وتميز تفكيره، فقال: إنما أوتيت (لسان سؤول وقلب عقول).

والسؤال الذي نطرحه على أنفسنا اليوم: ما هو منهج الوالدين في تربية أبنائهما على حسن السؤال؟ وما هو منهج المدارس في تعليم أبنائنا حسن السؤال؟ بل قد يكون الواقع خلاف ذلك، فالوالدان والمربون يتضايقون من كثرة الأسئلة ويقمعونها وأحيانا يوجهون الأبناء نحو السكوت والصمت، وهذا خلاف التميز والريادة، فإذا أردنا النهوض بأمتنا وتخريج جيل من العلماء الصغار فلنعلم أبناءنا كيف يسألون: لماذا وكيف؟ وهي أول خطوة نحو التميز والريادة الحضارية



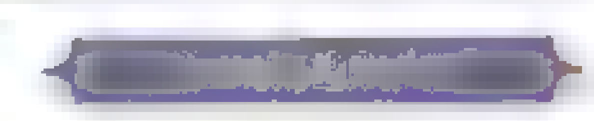




انا فتاة عمري (١٥) سنة لدي أخ يكبرني بسنوات قليلة، والعلاقة بيننا طيبة والحمد لله

ولكن مشكلتي مع أبي فأنا أشعر أنه يحبني وأحيانا أشعر أنه يكرهني فعندما يتشاجر أبي يخاصمني ويقوم أخي بمواساتي والتخفيف عني أما أمي المسكينة فهي تحبني وتعطف علي فليس لديها بنات غيري. و الحقيقة عندما يتشاجر معها أبي ويتخاصمان أحس بالقلق والتوتر لأنه يحول غضبه علي، ولا أقدر منع نفسي من البكاء و أقسم لكم أني دائمة البكاء والشعور بالكآبة. وأرجو أن أعيش بعيدة عنهم. فماذا أفعل؟ بالرغم من أني أحس نفسي مع الرسم ومساعدة [illegible]





- تشعرين أن والدك يحبك وهذا هو الأصل والحقيقة لا شك

وتشعرين أنه أحيانا يكرهك وهذا استثناء، فالوالد لا يكره أبناءه مهما صدر منه في حقهم ولكن أحيانا تخونه سلوكه فيقسو عليهم معتقدا أن في ذلك مصلحتهم وحمايته لهم ... مثل هؤلاء الآباء بحاجة إلى فهم الطرق السليمة للتعامل مع الأبناء، وهم يخطئون من حيث يريدون الإصلاح.

[illegible] يكرهك فهو

[illegible] حتى يكون مزاجه هادئا

لا تفكري في الانسحاب فهذا انهزام وهروب، وليس أحسن من أهلك عاطفة ومحبة

استعيني بذكر الله والدعاء لتفرج الهموم وتبعد الأحزان وتوحد القلوب

[illegible]

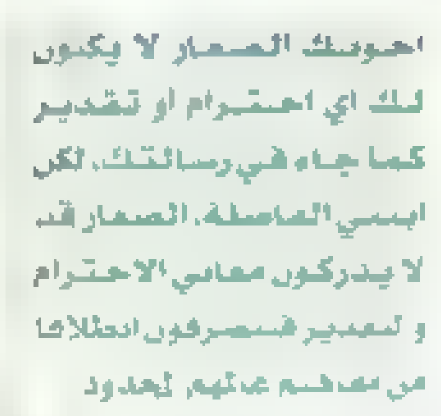
والله الموفق

مشكلتي مع اخوتي الصغار فهم لا يكنون لي اي احترام او تقدير فيقولون لي كلمات رديئة وذلك بعد وفاة والدي.

وامي لا تستطيع ان تفعل لهم شيئا لانها لا تريد ان يكونوا غريبين بعد وفاة والدي واخي الكبير ايضا فهو يقول لا يريد ان تراهم يبكون، وعندما يطلبون اي شيء لا يردهم، ويعطيهم كل ما يطلبونه مما جعلني في توتر وعصبية دائما وفي بعض الاحيان احس انه ينقصني شيء وهو حنان الاب الذي لم احس به.

مريم المطيري

الجـــواب



اخوتك الصغار لا يكنون لك اي احترام او تقدير كما جاء في رسالتك، لكن ابنتي العاقلة، الصغار قد لا يدركون معاني الاحترام والتقدير فيتصرفون انطلاقا من بعضهم عقلهم المحدود

ولاشك ان وفاة والدك عليه رحمة الله كان له اثر عليك وعلى اخوتك الصغار، هذا الاثر



له انعكاساته السلبية على مشاعركم وأحاسيسكم وسلوكياتكم. وأعتقد أن غياب الوالد نتج حساسية لديكم اتجاه سلوك بعضكم البعض. فالصغار يحررون توترهم من خلال العنف والكلمات الرديئة، اتجاهك. وأنت أيضاً أصبحت متوترة وعصبية حساسة اتجاه معاملة أخيك الأكبر للصغار

المطلوب [illegible]
ولتخفف اتجاه إخوانك الصغار فهم بحاجة
لست لتحولي [illegible]
بحاجتهم [illegible]
معاملتهم غير
اللائقة. أبدي الابتسامة
لوجهك أثناء الاحتكاك بهم،
وحاولي أن تقدمي لهم بعض الخدمات
وتبدين اهتمامك بهم وبأحوالهم، فكوني
لهم فيرتاحون ويرتاحين. إن مثل هذا السلوك
سوف يعوضهم حنان الوالد المفقود ويعوضك
أنت كذلك حنان والدك.

نعم ينقصك حنان الأب لكن هذه العاطفة
يمكن تعويض جزء أكبر منها من خلال أخيك
الأكبر فكوني محادثة وعوناً له على رعاية
[illegible]
[illegible]
وسوف [illegible] مع صغارك
[illegible] على [illegible]



لا يا رسول الله!!

"لا"

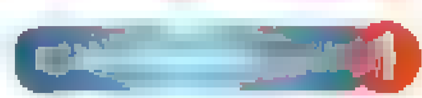
هي أكثر الكلمات تردداً على لسان الأطفال ما بين السنة الأولى والثالثة والسبب أنها كذلك الأكثر استعمالا من طرف الآباء والأمهات .

الأطفال معروف عنهم أنهم أكثر ميلا للتقليد وأكثر ذكاء في استعمال أسلحة غيرهم ، والآباء مشهور عنهم استعمال "لا تلمس" ،"لا تفعل" "لا ترفع صوتك" "لا لا لا "

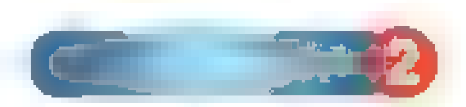
رده فعل الأطفال هذا السن الرد على كل سؤال مباشر بكلمة "لا" جافه لا تقبل الحوار ولا الرجعة. ينبغي إذن الحد من إمكانية استعمالهم لكلمة "لا" وخصوصا في المواقف التي لا تحتمل الرفض. محتشين مثلا توجيه الأسئلة التي تحتمل احدى الإجابتين "نعم" أو "لا"



5



من خلال الاحتكاك المستمر مع الطفل وملاحظة سلوكياته ورغباته وحاجياته يمكنك معرفة الدلالات الحقيقية لكلمة "لا" عند الطفل متى تعني "نعم" ومتى تعتبر قرارا نهائيا ؟



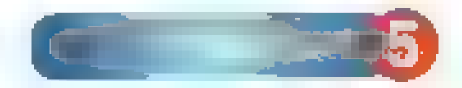
تأكد قبل أن تقول "لا" للطفل بأنك تمنعه من شيء بالفعل يشكل خطورة عليه أو يعتبر حقا أمرا سلبيا



لا توجه أسئلة مباشرة للطفل والتي يمكنه الإجابة عنها بكلمة "لا" أسأله مثلا "كم ملعقة من السكر تريد مع العصير؟" بدل "هل تريد عصيرا؟" أو "هل تريد عصيرا أم حليبا" أو "الآن حان وقت النوم" بدل "هل تذهب للنوم الآن ؟"



استبدل ما استطعت كلمة "لا" بمصطلحات أخرى. استعمل كلمة "توقف" بدل "لا" حين ترى ابنك يعبث بجهاز إلكتروني مثلا



أفضل أسلوب لتغيير سلوك غير مقبول أن تهيئ له بديلا

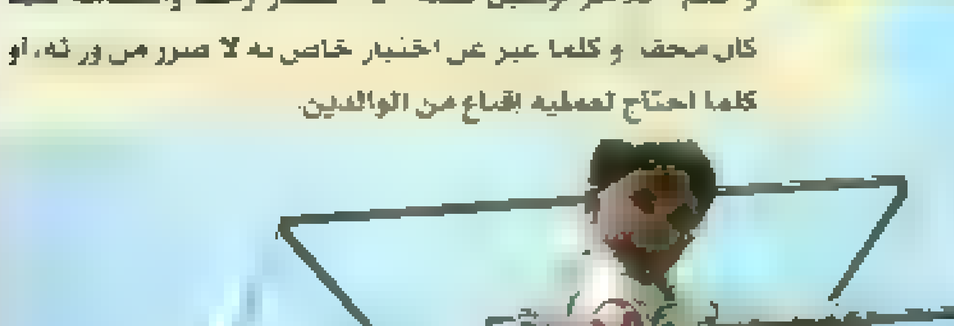
4

1 انظر دوما للجوانب الإيجابية للكلمة واحملها على الإيجاب "نعم" وانتظر موقفه لحظتين لتفهم أي مصدر تعطيه لكلمة "لا" عند ابنك

2 إذا لاحظ الطفل أن سحابة تعلوها ابتسامتك ومديحك لسلوكه وموقف إيجابي من الوالدين فإن هذا السلوك يتعزز لديه

3 اجعله يردد كلمة "نعم" وامدح كلمة نطقه بها، واطلب منه بين الفينة والأخرى أن يسمعك بـ"نعم" الرائعة التي تخرج من فمه. "ما أروع نعم تخرج من فمك".

4 خيره بين أمرين كلاهما مقبول لديك ودعه يقول "لا" لأحدهما و"نعم" للآخر، وتقبل كلمة "لا" بصدر رحب وابتسامة كلما كان محقا، وكلما عبر عن اختيار خاص به لا ضرر من ورائه، أو كلما احتاج لعملية إقناع من الوالدين.



[illegible]

1 [illegible]

تسمعك أو اثارتك للانتباه حول كلمة "لا" السيئة تعزز ذلك لديه

2 [illegible]

فقد يمسك عليك نقطة ضعف يتسرب من خلالها كلما رأى منك ما لا يسره أو يحقق رغباته .

3 [illegible]

تذكر أن كلمة "لا" شيء طبيعي لدى الأطفال ما بين السنة الأولى والثالثة وهي إحدى متطلبات عملية النمو النفسي والخروج نحو الاستقلالية مقابل الاعتمادية والتبعية وهي إلى الاندثار مع الوقت

[illegible] تربية متوازنة

تربية الطفل تحتاج لتوازن دقيق بين استعمال كلمة "نعم" وكلمة "لا" وكلاهما تحمل أسلوب ومنهجا في التعامل التربوي مع الطفل. نعم تعني الدلال والتدليل ولا تعني القسوة والشدة

لكن استعمال المربي لكلمة «نعم» في موقعها و «لا» في موقعها أمر مطلوب لإحداث توازن نفسي وتربوي في سلوك الطفل .

سأقدم هذه الرسالة المعبرة عن شعور مرهف من مراهق اتجاه غياب كلمة «لا» من قاموس تعامل والده وهي من شاب اسمه عبد اللطيف الغامدي

رسالة إلى والدي الغالي

5

أبي العزيز:

وأعود يا والدي كي أكون أكثر تفاؤلاً فمن في صفحات الماضي أجد لست في حد الضعف الذي أعيشه بعد الحور الذي عانيت منه تلك الذكريات التي تعيد عودتي على أن تكون طلباتي مجابة ورغباتي محققة فأطول الحمل قولي و لحسن ظني والزلل مني في غيبة حسنة والخطأ مني في تحرك صواب

أبي أشكو إليك من نفسي التي ما قدرت على مقارعة الظروف ولا مواجهة الحياة فهي مطلبي في حال الرخاء لكنها عدوي في حال الشدة وأجدني أسيراً لضعفها يا أبي فهي كمسمار النعش كمقاتل يحارب في ساح المعركة بلا سلاح أو كفارس تحروه الرماح أو كقارب صغير يعاني من تلاطم الأمواج وفقد الملاح

- عودتني أن أكون مخدوماً لا خادماً وآمراً لا مأموراً وحين فقدتك يا والدي فقدت كل شيء وأصبحت بعدك لا شيء!

- عودتني على كلمات المدح والثناء فمن لي بتحمل الكلام المبغض؟!

- ترعرعت على أحضان حنانك أبتاه فكيف بي إذا واجهت الحرمان لنعيمي؟!

- نشأت في السراء فكيف أطيق الصبر على الضراء؟!

- عودتني على كلمات الحب والإطراء فكيف أغض الطرف عن كلمات الكره والبغضاء؟!

- أحببت ركوب قوارب السعادة فكيف أركب مرغماً قوارب الشقاء؟!

- ربيتني على اليسر فمن لي بتحمل العسر؟

- عودتني أن ينطق لساني بكلمة " نعم " فماذا أقول إذا تصحرت في مسمعي بركان " لا "



"كل ابن آدم خطاء" تلك حقيقة مرتبطة بطبيعة النفس البشرية، فالكل يخطئ، ولكن التعامل مع الخطأ يختلف من إنسان لآخر، والإسلام علمنا بأن "خير الخطائين التوابون" والتجارب الإنسانية علمتنا أن "من الخطأ يتعلم الرجال"، لكن إلى أي مدى ترجمنا هذه المعاني وترجمناها من خلال أساليب تربيتنا لأبنائنا ؟ وكيف تعاملنا مع خطأ الصغار ؟

الذي نلاحظه في الواقع أننا نجعل من الخطأ فرصة لإحباطهم وتحطيم المعنويات والتنقيص من المخطئ وسحب الثقة منه، وهو دلالة على مدى استشراء "الخوف من الخطأ" في حياة الناس، فالطفل يخاف من الوقوع فيه لأنه يدرك العواقب والحرمان والعقوبات والشتائم التي تنتظره، والمرأة تخاف من الخطأ لأنها قد تخسر أسرتها وتنضم لصفوف المطلقات.

ويشب الطفل وهو يستحضر الشعور بالخوف الطفولي من أمه التي تصرخ في وجهه كلما حدث بليه، والمدرس الذي يهدد بالعلامات والتوبيخ كلما رأى من الطفل ما لا يعجبه. هكذا يشب الولد وفي ذهنه الصورة المحبطة والعصابية لهذه الشخصيات المربية، صورة ترسخ في عقله الباطن واللاوعي وتوقف عملية الانطلاق والإبداع في حياته وتسحب منه تحمل المسؤولية واستثمارها. هذا الشعور يكبر مع الطفل ويكبر معه سمات التهرب من المسؤولية وإلقائها دوما على الغير ولسان حاله يقول "لا علاقة لي بما حدث .. لست مسؤولا عن الخطأ .. هو السبب !!"

وقد يكون هذا السلوك كذلك بسبب الثقافة التربوية للأسرة المبنية على إلقاء المسؤولية دائما على الغير، فالظروف الاقتصادية هي السبب. وإذا تعثر الطفل وضرب رأسه على الطاولة سمع أمه تقول "الطاولة شريرة هي السبب" أو تضرب الطاولة. الرسالة التي يستوعبها الطفل من هذا السلوك أن الخطأ دائما من الغير، ولا يختلف كثيرا في سلبيته السلوك المقابل الذي يعاقب الطفل بسبب اصطدامه بالطاولة لأنه يتحرك باستمرار ولا يهدأ !!

إن الخطأ الذي يرتكبه المربون في تعاملهم مع خطأ الطفل أن تدخلهم لا يحقق من الخطأ هدفاً وإنما توضع شخصية الطفل في ميزان التقييم وتتعرض غالباً للإهانة

"اصطدمت مع الحائط أنت أعمى!"

"تبول على فراشك أنت قذر!!"

"سكبت الماء على السجاد أنت فوضوي!!"

"أخطأت في حل الواجبات المدرسية أنت غبي"

"أخذت قلم زميلك بالفصل أنت لص"



ماذا نعرف نحن عن دوافع السلوك عند الطفل حتى نسمح لأنفسنا بتقييم سلوكه؟! وهل هكذا نصلح الخطأ؟! قد يكون سلوك عابرا فنرسخه بتدخلنا وقد نترك بصمات مؤلمة في نفسية الطفل تنمو معه وقد لا يتخلص منها طيلة حياته.



إننا لا نطالب بتجاهل الخطأ وإنما ندعو إلى علاقة ود وصداقة تنشأ بين الصغير والكبير يتعلم منها الأول كيف يستفيد من الخطأ حتى لا يقع فيه مرة أخرى وكيف يستشعر مسؤولياته..

20 [illegible]

بدلا من أن تلعن الظلام اشعل شمعة

١ أعد الثقة للطفل بعد الخطأ فالثقة دائما هي العلاج المهدئ

٢ اسأل نفسك عندما يخطئ الطفل هل علمته حتى لا يخطئ ؟

٣ علمه تحمل مسؤوليته عن أخطائه ليكتسب مهارة التحكم في الذات

٤ أشعره بعواقب الخطأ حتى تولد لديه الرغبة في تغييره

٥ ابحث عن دافع الخطأ لديه لتعالجه الأصل بدل الأعراض

٦ كن بجانبه وشاركه احساساته لتمارس توجيهك بشكل إيجابي

٧، ابتسم وأنت تشعره وتقنعه بالخطأ .

٨ افصل الخطأ عن شخصية الطفل فلا أحد يحب أن يعرف بأخطائه عند الآخرين

٩ كوّن عند الطفل المعايير التي من خلالها يتعرف على الخطأ

١٠ لا تخجله من الفشل وعلمه فن النهوض من جديد

١١ لا تجعله ينسحب أو يتخلى بسبب الفشل



١٢. لقنه فلسفة "الفشل خبرة". "أخبره أن أديسون الذي اخترع الكهرباء أجرى أكثر من ثلاثة آلاف محاولة فاشلة قبل أن يتوصل لاختراعه"

١٣. أبرز قدراته التي تخوله للنجاح في المحاولات المقبلة

١٤. علمه الصلابة والإصرار على النجاح في مواجهة مشاعر الإحباط

١٥. لا تيأس من طفلك مهما تكرر خطؤه

١٦. علمه الاعتماد على نفسه لتجاوز الخطأ

١٧. بشره لتجعل منه إنساناً متفائلاً، فالتفاؤل يقوي الإرادة الذاتية

١٨. انصت إليه بتمعن واهتمام لتفهم أصل الخطأ

١٩. تأكد أن الحب والتسامح والابتسامة أقوى من الغضب والانفعال

٢٠. تدخل فقط بعد تهدئته



عندما يرزقنا الله عز وجل مولودا نتمنى لو حققت له كل ما يتمنى الإنسان في حياته ويتجنب من أسباب السعادة ولا يبتسم نسعد لتضحيته و لنعبير عن فرحتنا بالمولود ولسان حالنا يقول " ابني هذا ينبغي أن يكون سعيدا ويحيى سعيدا .."

هذا هو الموقف الذي يسجله الأب والأم معا وهما يستقبلان مولودهما الجديد ويحتضنانه وكأنهما يحميانه من كل شر وخطر وهما بذلك يسجلان وعدا على نفسيهما تجاه أبنائهم وهو العمل على إسعادهم

السؤال المطروح إذن : "كيف نسعد أبناءنا ؟! .

أسس السعادة في ...

الأسباب السبعة الموجبة للسعادة

7

السعادة إحساس داخلي وحالة نفسية يعبر عنها الطفل بحركاته وملامح وجهه وابتسامته ومواقفه وتعامله مع المحيط الأسري، وهي سبعة مواقف في حياة الطفل نذكر منها

1 الإحساس بالقدرة على الإنجاز

حين يتمكن الطفل من إنجاز شيء معين كالنجاح في وضع أشكال بعضها فوق بعض و تركيب صور ، فيستشعر لذة الانتصار والقدرة و لذة بالتمني مما يحقق له سعادة لا نقدر تقديرها

2 الشعور والتمتع بالاستقلالية

شعور الطفل أنه إنسان مستقل وبحاجة في اتخاذ قرار والمشاركة مرتبة بسعادة كبير ويرفع من معنوياته

3 الاعتماد على الذات

قدرة الطفل مثلا في قيادة الدراجة بنفسه دون مساعدة غيره تشعره بنشوة الانتصار والتحدي مع نفسه إذ نجح في الاعتماد على ذاته

4 إحساسه بأن المحيطين به يفهمونه

حين يرى من حوله يقدرون اختياراته ويتيحون له الفرصة للاعتماد على الذات ولا يعترضون ... به والانصات لكلامه ويتواصلون معه نفسيا وعاطفيا   يشعر السعادة التي تمنحها الأب لابنه

5 استشعار احترام الآخرين له

من خلال الاعتراف بقدراته واحترام قدراته والتأدب في مخاطبته واستشارته فيما يخصه من قضايا وإتاحة الفرصة له أن يختار الهدية التي يحب ونوع الطعام الذي يفضل ولون اللباس الذي يستهويه

6 التقدير والثناء

تقدير جهوده والثناء على نجاحاته ومدح اختياراته تقوي شعوره بأسباب السعادة المذكورة وتنمي الصفات الإيجابية لديه من الاعتماد على الذات وطموح نحو الإنجازات والنجاح والتفوق والاستقلالية

7 التعبير عن محبته

لا يكفي أن يحب الوالدين ابنهما ولكن لا بد من التعبير له عن هذه المحبة من خلال اللمسة الحنون والكلام الطيب والقبلة والأخذ بالحضن والمداعبة والاحتكاك ... وكلها رسائل محبة يستقبلها لتدخل على نفسه البهجة والسرور وتحقق له السعادة

كيف أجعل ابنتي تحب القراءة وتقرأ أكثر؟

السؤال

ابنتي ستدخل إلى الصف الثالث في الخريف وأنا قلقة لأنها لا تحب أن تقرأ إلا الكتب المليئة بالصور، وأنا أعتقد أنه يجب أن تتطور بأن تبدأ بقراءة القصص التي فيها مقاطع ولكنها تتذمر وتقول إن هذه الأخيرة طويلة جداً، وأنا لا أريد أن أرغمها ولكنني لا أريدها أن تتراجع أو تبقى متأخرة. سجلتها هذا الصيف في دورة سباحة وكرة قدم ومضرب ولكنني قلت لها أنني سألغي كل هذه النشاطات إذا لم تجد وقتها في قراءة الكتب. هل لديكم أية اقتراحات لجعل هذا الصيف مثمر بالنسبة إلينا؟

مريم العطيري

الجواب

يسعدني أن ابنتكم تحب القراءة، ونريد لها ألا تفقد هذه الشهية للقراءة. لاسيما أن الأطفال الذين يتطورون أكثر من غيرهم هم الذين يقرؤون القصص. في هذا الإطار فإن المثل القائل استخدم الشيء وإلا تفقده صحيح، فإذا لم تستخدم القدرات على القراءة، تفقدها في نهاية الصيف. وبالفعل يجب أن تكون قراءة القصص جزءاً من نظام القراءة اليومي، ولكن يجب أن تبدئي بقراءتها لها بصوت عال في البداية لأننا نريد أن تكون تجاربها في القراءة ممتعة

> إن التطور الطبيعي في القراءة يبدأ من الكتب المصورة إلى القصص القصيرة إلى القصص الطويلة

ابنتك تمر في مراحل التطور الطبيعية، فهي تحب أن تقرأ الكتب المصورة، والإنسان بطبعه موجه نحو المتعة ولا يفعل إلا الأمور التي يحب القيام بها

د. مصطفى أبو سعد

بعد ذلك ستستمر بتكرار هذه الأمور مرارا. فاذا كانت ابنتك تجد في القراءة متعة أكثر من الألم، فإنها ستعود إلى القراءة مرات ومرات وستستمر قدرتها على القراءة بالتحسن



بما أنه الصيف، وابنتك ليست مضطرة للذهاب إلى المدرسة، تأكدي من أن تبقي بعض الكتب الممتعة على طاولة المطبخ، شجعيها على القراءة في أي مكان كان، وفي أي وقت. ولا تنسي أن تحملي كتابا لقاعة الانتظار عند طبيب الأسنان أو للسفر بالسيارة. وبـ ابنتك أنك تقرئين للمتعة كتبا ومجلات وجرائد. فأنت قدوة مهمة، لذلك يجب أن تؤمني لها صلة مع المطبوعات، ألق كتاب شعر في جيبك أو في يدك، وكوني متأكدة من أن ابنتك ستستمتع كثيرا في هذا الصيف في اللعب والسباحة والقراءة

المرجع: المثقف التربوي www.earlychildhood.com

عندما يبدأ ابنك يتلفظ بكلمات نابية محرجة تنم عن وقاحة وسخرية وبذاءة ينشأ لدى الوالدين شعور بالأسف والألم اتجاه سلوك الابن غير الواعي بما يخرج من فمه من ألفاظ مزعجة والحقيقة التي لا ينبغي تجاهلها أن الألفاظ اللغوية لدى الطفل يكتسبها فقط من خلال محاولته تقليد الغير لذلك كان لزاما مراقبة عملية احتكاك الطفل ابتداء بعلاقاته الإنسانية واللغة المتداولة بين من يختلطون بالأسرة عموما وبالطفل خصوصا ومراقبة البرامج الإعلامية التي يستمع إليها ويتابعها، و الأهم من ذلك اللغة المستعملة من طرف الوالدين تجاه أبنائهما وفيما بينهما

الوقاية [illegible]

١ عامل الطفل كما تحب أن تعامل وخاطبه باللغة التي تحب أن تخاطب بها ..

من هنا البداية وهكذا يتعلم الطفل

قل "شكرا" و"من فضلك" و"لو سمحت" و "أسمح" و"اعتذر" يتعلمها ابنك منك

٢ استعمل اللغة التي تتمنى أن يستعملها أبناؤك .

مهم أن تعوده والأهم كيف تعوده؟ [illegible] لكن هدوء وبصوت منسجم مع دلالات الكلمة .

٣- تأكد أن اللفظ – فعلا – غير لائق !!

حتى لا تحكم على ردة فعلك بسلوكيات شاذة وألفاظ أشد وقاحة تأكد فعلا أن اللفظ غير لائق وليس مجرد عربية التلفظ هي المرفوضة فمثلا لو نطق بكلام وهو يصيح أو يبكي أو يعبر عن رفضه ومعارضته كقوله "لا أريد" "لماذا تمنعونني" "لماذا يا بالضبط" وهذه كلها كلمات تعبر عن "رأي" وليس تلفظا غير لائق!!

٤ راقب اللغة المتداولة في محيطه الواسع



1

حاول قدر المستطاع عدم تضخيم الأمر ولا تعطه اهتماما أكبر من اللازم. تظاهر بعدم المبالاة حتى لا تعطي للكلمة سلطة و أهمية وسلاحا يشهره الطفل متى أراد سوء بنية اللعب والمرح أو بنية الرد على سلوك أبوي لا يعجبه. وبهذا تنسحب من الساحة، واللعب بالألفاظ بمفرده ليس ممتعا إذا لم يجد من يشاركه



2

علم ابنك ما هو نوع الكلام الذي تحبه وتقدره ويعجبك سماعه على لسانه. أبد إعجابك به كلما سمعته منه. عبر عن ذلك الإعجاب بمثل " يعجبني كلامك هذا الهادئ " " هذا جميل منك "

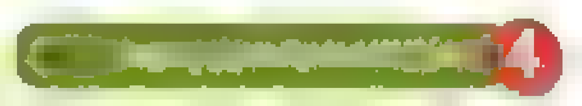
كلام من ذهب



3

علمه مهارات التحدث وفن الكلام من خلال الأمثلة والتدريب وعلمه الأسلوب اللائق في الرد

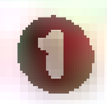
" لا يهمني " تعبير مقبول لو قيل بهدوء واحترام للسامع، وتصبح غير لائقة لو قيلت بسخرية واستهزاء بالمستمع...



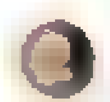
4

لو تدخلت بعنف لتجعل ابنك يتوقف عن التلفظ ويكتسب سلاحا ضدك، و نقطة ضعف لديك ولكن حاول تفكيك جدوى اللعب على الألفاظ بإضافة حرف أو حذفه، أو تغيير حرف، أو تصحيح اللفظ لدى الطفل موهما إياه بأنه أخطأ. فلو كانت مثلا كلمة "قبعت" غير لائقة قل له لا وإنما تنطق "ملعب" وهكذا..



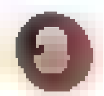


الرد بعنف والعصبي

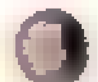


تعليمه كلاما غير لائق في الصغر

وخصوصا في مرحلة يكون الهدف لدى الوالدين هو تعلق الطفل بالدرجة الاولى وقبل اي شئ



معاقبته وحرمانه فالعقاب يعلم الخوف ولا يعلم الاحترام



قبول اللفظ احيانا ورفضه احيانا اخرى



يستطيع الأهل فعل الكثير لمساعدة أطفالهم في تخفيف قلقهم. سواء كان يوميا أو موسميا، إضافة إلى الطعام الصحي والراحة الجيدة. يستطيع الأهل السيطرة على مستوى القلق لدى أطفالهم بالتحدث إليهم عن شعورهم في المدرسة و المنزل وعن برنامجهم و أنشطتهم وحتى أيضا عن أصدقائهم

ساعد طفلك في التعامل والتعايش مع القلق بالتحدث إليه عن أسباب القلق وعن سبل التعاون لإيجاد الحلول الملائمة. إن التخفيف من الأنشطة بعد المدرسة والتحدث أكثر مع الأهل والأساتذة إضافة إلى إيجاد نظام تدريبي أو كتابة مذكرات هي جميعا عوامل ربما تخفف القلق

المرجع: الملف التربوي www.kidshealth.org

بدلاً من أن نعاقب التلاميذ أو نكافئهم بالعلامات علينا أن نخلق لديهم حبا بالمادة التي يكتبونها.

دع طفلك يسأل نفسه عندما يكون ذلك متصلا بالعلامات وهو السبب الأكثر حدوثا للقلق لدى الأطفال سواء يوميا و أسبوعيا. تقول كريس كوربلت وهي مستشارة في مدرسة في ... يجب أن تسأل ابنك بعض الأسئلة التي يمكن عنه أن يطرحها على نفسه ومن ثم التحدث إليه عما يستطيع فعله حيال ذلك

اما الأسئلة فهي :

١. لماذا العلامات مهمة؟ وماذا تعني لي؟

٢. كيف أدرس؟

٣. هل أراجع ملاحظاتي حتى إن لم يكن لدي امتحان في الغد؟

٤. هل لدي مكان جيد لأداء الفروض المنزلية؟

٥. هل جربت أساليب أخرى؟ مثل إعادة كتابة ملاحظات أو استعمال مذكرات مركزة أو الدراسة مع زميل؟

ولعل نظرة الناس إلى العلامات والحاصلين عليها هي إحدى أهم أسباب القلق لدى الأبناء وخصوصاً التلاميذ في المرحلة السابقة لسن المراهقة وحتى في سن المراهقة نفسه. إذ يحاول الآخرون أن يكونوا مستقلين ولكنهم ما زالوا يتوقون الرضى. تحت طمأنة الأطفال بأنه من الطبيعي أن يشعروا بضعف السعي من أجل الانتماء أو الرغبة في أن يكونوا محبوبين، فإن أحداً لا يجب أن يكون منبوذاً، كما أنه من الجيد تذكير الأطفال دائماً بأنه ليس عليهم أن يرتدوا أو يتصرفوا و يفكروا مثل الآخرين وذلك لكي يشعروا بالانتماء. وإن ما هو مهم فعلاً هو ماهيتهم في الداخل وما يشعرون أو ما يؤمنون به

٦ هناك أسباب أخرى لارتفاع مستوى القلق لدى الأطفال ليس لها علاقة مباشرة بهم، فقد يقلق الأطفال لدى سماع الأهل يتحدثون عن متاعب العمل، وكثيراً ما يلتقط الأطفال هذه التوترات وسرعان ما يبدأ القلق يتفاعل في نفوسهم

وقد ينتج قلق الأطفال أيضاً من عدم استطاعتهم بلوغ المستوى الذي توقعه الأهل منهم. فقد لا يلاحظ الأهل أن طفلهم قلق من دون داعٍ لأنه تلقى علامة جيد بدلاً من ممتاز في امتحان اجتهد له ودرس جيداً، أو لأنه لم يلعب جيداً في كرة القدم أو بالقدر الذي يتخيل أن الآخرين يتوقعونه منه. إن سؤال الأطفال عما يظنون أنه مطلوب منهم أو ليس مطلوباً قد يساعد على تخفيف بعض القلق وتساعد هذه المحادثات أيضاً في تصفية الأجواء والشرح للطفل أن ما هو مهم فعلاً هو مساعدته على تخفيف قلقه

ويجب على الأهل أن يخصصوا وقتاً لأطفالهم أياً كانت أعمارهم، وبشكل يومي كذلك.

٧ يجب أن تلعبوا معهم، أن تمشوا قليلاً معهم، أو أن تقرؤوا لهم، أو أن تتناولوا الطعام معهم، وأن تتحدثوا إليهم عن مشاعرهم ومشكلاتهم. عندما تبدي اهتماماً تجاه طفلك فإنك بذلك تظهر أهميته لديك؛ وعليك أن تشرح له أيضاً أن بعض القلق والأحاسيس المضطربة هو أمر طبيعي، وأنك ستكون إلى جانبه في كل الأوقات ومهما حدث



التوازن في تربية الطفل مطلوب، واللين والرأفة هي الأصل في التعامل معه. وهل تعني الليونة إفساح المجال للطفل ليفعل ما يشاء ويعلق بما يشاء ويتصرف كما يشاء؟!

لقد تكلمت أكثر من مرة عن القواعد والضوابط والقوانين التي ينبغي أن تكون حاضرة في حياتنا الأسرية وفي علاقاتنا مع أبنائنا، وخلصنا علميا وتربويا ودينيا أنها ضرورة لاستقامة الطفل والحياة الأسرية.

وإن التربية جهد مبذول تحتاج لنفس طويل وصبر وأناة وبرمجة يومية لنرى النتائج الإيجابية بعد حين من الزمن. والعجلة مفسدة في كل شيء، وفي تربية أبنائنا وتوجيههم يعد قاتلا للسلوك الإيجابي، قاتلا للقدرات الكامنة في شخص الطفل. والعجلة تدفع الآباء والأمهات في الغالب إلى اللجوء لوسائل تربوية غير صحيحة من أجل رؤية النتائج الإيجابية سريعا على أبنائهم، ومن هذه الوسائل العقاب البدني والضرب..

يتحدث الكثيرون عن العقاب البدني والضرب ويستشهدون بنصوص في غير موقعها ويجرون قياسات مع فوارق معتبرة لا يصح معها القياس ويجزئون النصوص فيأخذون منها ما يريدون ويتركون ما لا يماشي حججهم.

> **ان التاديب من خلال الضرب والعقوبة البدنيه كان دوما محل اختلاف بين الفقهاء ومحل تضارب بين علماء التربيه والسلوك.**

هل نضرب ابناءنا؟ وما المصلحة المرجوة من ذلك؟ وما المفسدة كذلك؟. ومهم جدا ان نطرح فعلا هذه الموازنة بين المصالح والمفاسد في التأديب من خلال العقوبة البدنية متبعين في ذلك منهج القرآن الكريم ﴿يسألونك عن الخمر والميسر قل فيهما إثم كبير ومنافع للناس وإثمهما أكبر من نفعهما﴾

منافع ثابتة لكنها لا تكفي لإباحة الخمر والميسر



د. مصطفى أبو سعد

يستدل الموسوسون للضرب بكونه وسيلة تربوية للتأديب بحديث رسول الله ﷺ: «مروا أولادكم بالصلاة وهم أبناء سبع سنين، واضربوهم عليها وهم أبناء عشر سنين، وفرقوا بينهم في المضاجع» (المسند/٦٧٥٦، قال الشيخ الألباني: حسن صحيح).

8

ومما يفهم من الحديث النبوي:

١ - تعويد الأطفال من سن السابعة:

وهذا واضح بصيغة الأمر «مروا»، والأمر يفيد الوجوب، والحكمة من ذلك أن يستأنس الطفل ويعتاد على الصلاة فيسهل عليه إقامتها إذا وصل سن البلوغ.

٢ - الطفل أكثر استعدادا في سن السابعة:

تدريب الطفل وتعويده على الصلاة في هذه السن لأنه أنسب لطبيعة الطفل، فهو يومها أسلس قيادا وأسرع مواتاة وميل إلى التقليد، ولم تغلب عليه عادات بعينها، بل هو في طور بناء عاداته السلوكية، وعزيمته مرتفعة لا يشوبها شائب.

٣ - التدرج سمة تربوية وطبيعة بشرية:

ثلاث سنوات من العمل والتعويد والتشجيع والتدريب كافية لأن يلتزم الطفل بالصلاة ويبرمج عليها عقيدة وسلوكا ونظاما في حياته، وهذه السنوات الثلاث تعد تدرجا في عملية الالتزام بالصلاة.

٤ - مسؤولية الكبار أعظم.. والضرب مطلوب على الكبير قبل الصغير:

لا أحد من المهتمين بالمجال التربوي يطرح المعادلة المعكوسة: متى نضرب الآباء والأمهات؟! وباعتقادي أن هذا السؤال أهم بكثير من غيره «متى نضرب الأطفال؟!».

وقد قال شيخ الإسلام ابن تيمية كلاما رائعا في هذا المجال: "ويجب على كل مطاع أن يأمر من يطيعه بالصلاة، حتى الصغار الذين لم يبلغوا، قال النبي ﷺ: "مروهم بالصلاة لسبع واضربوهم عليها لعشر، وفرقوا بينهم في المضاجع"، ومن كان عنده صغير مملوك أو يتيم أو ولد فلم يأمره بالصلاة فإنه يعاقب الكبير إذا لم يأمر الصغير، ويعزر الكبير على ذلك تعزيرا بليغا، لأنه عصى الله ورسوله ﷺ" (مجموع الفتاوى ٢٢ ٥).

٥ - ثلاث سنوات كافية للبرمجة الإيجابية:

ثلاث سنوات تعني (٥٧٤٥) صلاة فرض على الطفل، و(٥٧٤٥) وقت انتظم فيه الطفل، وهذا العدد من التكرار يعد كافيا بشكل كبير لبرمجة الطفل على إقامة الصلاة عمادا وممارسة وإدارة للوقت (نظاماً وانتظاما).

وأي طفل خضع لهذا العدد الهائل من التكرار لا يمكنه أن يشذ على الصلاة أو يتركها، ولا يفعل ذلك إلا في الحالات الشاذة، والشاذ علاجه الكي.

٦ - الصلاة نموذج للتعامل مع باقي السلوكيات:

الصلاة عمود الدين وركن أساس في الإسلام وتركها كفر عند جمهور العلماء وتركها عمدا كفر بالإجماع، ولهذه المكانة العظيمة للصلاة خصصها النبي ﷺ بالحديث خصوصا.

والسؤال المطروح هل نضرب الطفل مثلا على عناده وهو ابن ثلاث سنوات؟ أو على كثرة حركته؟ أو على تخريبه لأثاث البيت؟ أو على كذبه أحيانا؟

مهما اختلفنا حول الإجابة، فإننا لا يمكن أن نختلف عن دور الأب والأم التربوي، وهو تعليم الطفل لفترة ثلاث سنوات قبل أن يحق لنا اللجوء إلى العقاب.

علما بأن الكثير من سلوكيات الطفل المزعجة هي علامات النمو السليم في حياته، والجهل وقلة الصبر يجعلانها مزعجة، وقياسا على الصلاة فإنه يفهم من الحديث ما يلي:

أ - ثلاث سنوات من التعليم: بمختلف الوسائل التشجيعية والتدريبية.



ب- لا يضرب الطفل قبل عشر سنوات: ضرب الطفل قبل أن يصل سن عشر سنوات فيه منافع يراها الآباء عاجلاً، لكن مفسدته على المدى الطويل أكبر وأكثر.

٧- الرسول ﷺ ما ضرب قط:

إن الاستدلال بحديث الضرب مطلوب بفهم الحديث فهماً شمولياً، والمطلوب كذلك الاستدلال واستحضار أنه ﷺ ما ضرب امرأة له، ولا خادماً، ولا ضرب شيئاً بيده قط، إلا في سبيل الله، أو تنتهك حرمات الله فينتقم لله...

٨- التأديب بالاحترام والتقدير والمحبة والثقة لا بالخوف والهيبة!!

يدعي البعض أن الضرب يصنع للمربين هيبة في نفوس الأبناء، ونحن نقول: ومن قال إننا نريد أبناء يهابون المربين، سواء كانوا آباء أم مدرسين؟ إننا، وكما بينا سابقاً، نريد الاحترام والتقدير القائمين على المحبة والثقة، لا على الخوف والهيبة والعصا.

إن طبيعة الطفل أنه يحترم ويقدر من يحب، لا من يخاف، والسلوك المطلوب أن يحس الطفل بحبنا ويخاف غضبنا ... ومن يغلب جانب الغضب يولد عند الطفل توقع سلوكه نابعة من خارج نفسه وذاته، بينما المطلوب تربوياً أن يكون الدافع نابعاً من داخل الإنسان (إخلاص، حلاوة...) وينمو هذا الدافع ويزين بحوافز خارجية (قبول، خوف).

الأساليب العقابية في التربية

تبين سابقاً المفاهيم التربوية المستقاة من حديث رسول الله ﷺ: «مروا أولادكم بالصلاة وهم أبناء سبع سنين، واضربوهم عليها وهم أبناء عشر سنين، وفرقوا بينهم في المضاجع» وسنتبع في حديثنا عن العقاب الإيجابي منهجية قائمة على مناقشة الأساليب العقابية السلبية ومدى تأثيرها على شخصية الطفل وكذا الآثار المترتبة ومدى نجاعتها في تعديل السلوك لدى الأطفال هادفين إلى محو هذه الأساليب الخطأ في تعاملنا اليومي مع الأطفال لتأسيس طرق سليمة لعملية التأديب الإيجابي.

1 أم تضرب وطفل يزداد سلوكه سوءاً

تقول إحدى الأمهات التي اعتادت معاقبة ابنها بالضرب لتعديل سلوكه: نعم كنت أضربه باستمرار، وفي كل وقت أواجهه فيه كان يبدو أسوأ مما كان، ويعود إلى السلوك نفسه في نهاية الأسبوع.

2 الضرب أسلوب انهزامي

ضرب الطفل الصغير على سلوكيات مزعجة من مثل العناد وكثرة الحركة وإزعاج الضيوف أسلوب انهزامي من الكبار وسياسة غير صحيحة في التربية؛ لأنها وسيلة المتسرع ومن لا يملك الأساليب التربوية الصحيحة ومن لا يقدر على التحكم في انفعالاته وضبط أعصابه.

15

١- ضرب الطفل يولد كراهية لديه تجاه ضاربه مما يقتل المشاعر الإيجابية المفترض أن تجمع بينهما وتقربهما من بعض.

٢- اللجوء إلى الضرب يجعل العلاقة بين الطفل وضاربه علاقة خوف لا احترام وتقدير.

٣- الضرب يصنع أبناء انقياديين لكل من يملك سلطة وصلاحيات أو يكبرهم سناً أو أكثرهم قوة، هذا الانقياد يضعف الشخصية لدى الأبناء ويجعلهم أسهل للانقياد والطاعة العمياء لاسيما عند الكبر مع رفقاء السوء.

٤- الضرب يقتل التربية المعتمدة على الإقناع وبناء المعايير الضرورية لفهم الأمور والتمييز بين الخطأ والصواب والحق والباطل..

٥- الضرب يلغي الحوار والأخذ والعطاء في الحديث والمناقشة بين الكبار والصغار ويضيع فرص التفاهم وفهم الأطفال ودوافع سلوكهم ونفسياتهم وحاجاتهم

٦- الضرب يقهر الطفل ويحرمه من حاجاته النفسية للقبول والطمأنينة والمحبة

٧- الضرب يعطي نموذجا سيئا للأبناء ويحرمهم من عملية الاقتداء

٨- الضرب يزيد حدة العناد عند غالبية الأطفال ويجعل منهم عدوانيين

٩- الضرب قد يضعف الطفل ويحطم شعوره السوي بقيمته الذاتية فيجعل منه منطويا على ذاته خجولا لا يقدر على التأقلم والتكيف مع الحياة الاجتماعية

١٠- الضرب يبعد الطفل عن تعلم المهارات الحياتية (فهم الذات، الثقة بالنفس، الطموح، النجاح) ويجعل منه إنسانا عاجزا عن اكتساب المهارات الاجتماعية (التعامل مع الآخرين أطفالا كانوا أم كبارا).

١١- اللجوء إلى الضرب هو لجوء لأدنى المهارات التربوية وأقلها نجاعة ونجاحا

١٢- الضرب يعالج ظاهر السلوك ويهمل أصله، ولذلك فنتائج الضرب عادة ما تكون مؤقتة ولا تدوم عبر الأيام

١٣- الضرب لا يصحح الأفكار ولا يعدل السلوك مستقبلا

١٤- الضرب يقوي دوافع السلوك الخارجية على حساب الدافع الداخلي الذي هو الأهم دينيا ونفسيا فهو يبعد عن الإخلاص ويقرب من الرياء والخوف من الناس، فيجعل الطفل يترك العمل خوفا من العقاب ويقوم بالعمل من أجل الكبار، وكلاهما انحراف عن دوافع السلوك السوي الذي ينبغي أن يكون نابعا من داخل الطفل (اقتناعا، حبا، إخلاصا، طموحا، طمعا في النجاح وتحقيق الأهداف خوفا من الخسارة الذاتية)

١٥- الضرب قد يدفع الطفل إلى الجرأة على الأب والتصريح بمخالفته والإصرار على الخطأ

لا يكون الرفق في شيء إلا زانه

وقد صح عن النبي ﷺ أنه قال: «إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه»، وفي رواية «إن الله رفيق يحب الرفق ويعطي على الرفق ما لا يعطي على العنف وما لا يعطي سواه». فمن أولى بالرفق من تلك الثمرات الطيبة الرقيقة، البريئة التي يتعامل المربون معها؟ ومن أولى بالرفق من فلذات أكباد الآباء والأمهات؟ ومتى يكون الرفق أوجب ما يكون مع هؤلاء الصغار؟ إننا لا نحتاج أن نترفق بالطفل حين يتفوق في درسه وتحصيله، ولا حين يبز أقرانه في الفهم والاستجابة، ولا حين يبدو على الطفل ما نظنه غباء وتقصيرا في الفهم والتحصيل، عندئذ تطير ألباب كثير من المربين فلا يجدون إلا العنف أو التهديد ليوقظوا الطفل من غفوة عقله. وقد تنجح هذه الوسيلة مع بعض الأطفال في بعض الحالات فيظن المربي أنها الوسيلة الناجعة دائما ومع الجميع وينسى هؤلاء المربون أن الأسباب التي تؤدي بالطفل إلى هذا الموقف لا حصر لها وأن علاج الغفلة أو التقصير يتنوع ويتعدد بمقدار تنوع أسبابها وتعددها.



- إن استعمالك لمهاراتك الأبوية مثل الإيجابية والتشجيع والتفاوض والدعم ووضع الحدود والالتزام بها وتمثل نماذج للسلوك الحسن - كل هذا بالإضافة إلى التمكن من تفريغ شحنة الغضب بأساليب صحيحة غير مؤذية - يجعلك قادرا على تحقيق أهدافك والحصول على ما تريد بدون الحاجة لضرب طفلك
- يستطيع العديد من الآباء تنشئة أطفال يتمتعون بالتعاون وتحمل المسؤولية والاعتدال وحسن التكيف وذلك بدون الحاجة نهائيا للضرب (على الرغم من أن هؤلاء الآباء يعترفون بأنهم كانوا يشعرون أحيانا بالرغبة في ذلك)
- إن الضرب يعلم طفلك أن القوة البدنية تمثل الطريقة الملائمة لتفريغ شحنة الغضب والإحباط والشعور بالضيق بسبب سلوك شخص آخر خاصة إذا كان أضعف أو أصغر سنا. إن ضربك لطفلك وسيلة ناجعة لتعليمه أن يلجأ هو الآخر للضرب
- إن الضرب يدعم لدى طفلك الحاجة لاستخدام العنف بهدف الحصول على ما يريد
- يعد الضرب استجابة من نوع فوز مقابل هزيمة في مواقف الصراع
- الضرب يولد شعورا بالخوف الأمر الذي يهدد سلامة طفلك وثباته العاطفي
- يعمل الضرب على تشجيع الجنوح للكذب، ذلك أنه يمثل تهديدا لسلامة طفلك البدنية الأمر الذي يدفعه للتخلي عن أمانته وصدقه لحماية نفسه.
- يركز الضرب على فكرة دفع الثمن بدلا من الاهتمام بالحاجة لتصحيح الأخطاء وتغيير السلوك
- إن الضرب يدفع طفلك للالتجاء لأساليب ملتوية في سلوكه فاهتمامه سوف يصبح منصبا على تجنب التعرض لآلام الضرب أكثر من الالتزام بسلوك أكثر إيجابية
- يعد الضرب رد فعل قصير المدى لا يعبأ بالعمليات التعليمية الهامة (مثل تدبر أمر المشكلات أو عادة التفكر في أنماط السلوك) ويضحي بها من أجل النتيجة الفورية ولعل ذلك ما قد يحققه يتسبب في إحداث آثار سلبية بعيدة المدى تلقي بظلالها على العلاقة بينك وبين طفلك
- في النهاية قد تؤدي المنافسة المحتدمة بينك وبين طفلك من أجل التحكم وتحقيق الفوز إلى إرغامك على أن تصبح أكثر عدوانية مع طفلك أو تستسلم له نهائيا
- إن ردود أفعالك غير العنيفة (مثل منع المزايا عن طفلك) من شأنها أن تعلم طفلك أن سلوكه الحالي ليس من صالحه في شيء وذلك بعكس الضرب فسوف يدرك أن هناك حوافز تدفعه لتغيير من سلوكه
- اعلم أن طفلك سوف يصبح في يوم ما كبيرا بما يكفي لتكيل لك الصاع صاعين بدنيا وعاطفيا

الفصل العاشر

الإسعافات النفسية للطفل

بعض

بعض

لذلك



امتداد



ان حالة

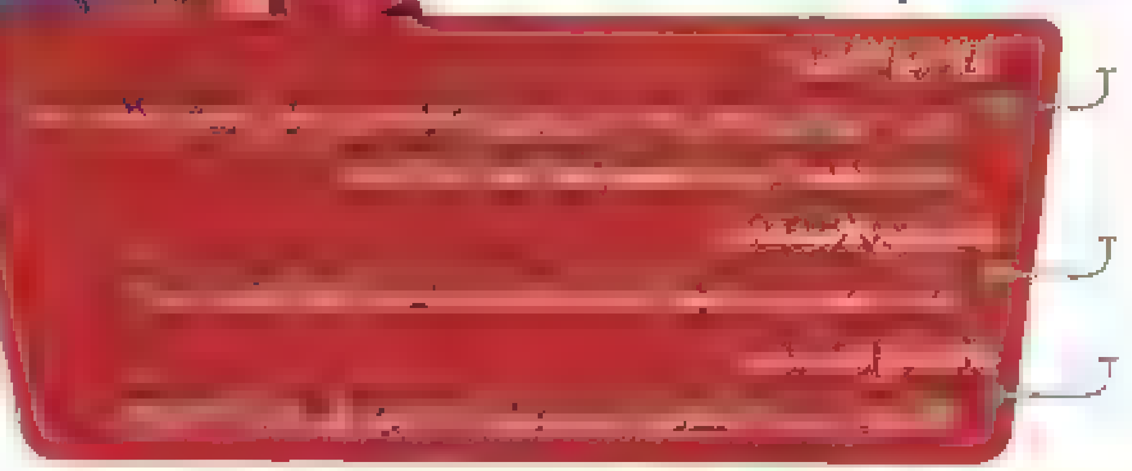


لذلك فالمربي مطالب بفهم نفسية الطفل لتحسن التعامل معها فالذي تربي على غير علم يفسد أكثر مما يصلح والمربي يحتاج إلى عاطفة و ذكاء يتحسس بهما حاجات النفس لدى الطفل و حوالها للتدخل في الوقت المناسب وبالعلاج الأنسب

واسأله ماذا بإمكانه أن يفعل ليتجاوز المشكل . ففي ذلك إعادة للثقة بالنفس لديه من خلال اعترافك بقدراته على تخطي الفشل

ركز على الإيجابيات سواء لديه أو لدى غيره من أصدقائه المقربين والتي يمكنها أن تشكل عنصراً قوياً ليتجاوز المشكل

لهم يمكن تخطي الفشل وهذا الطريق فلنتفق .



ارفع المعنويات وحول الفشل لدافع قوي نحو النجاح والتفوق . علمه وأخبره أن الكثير يحولون الهزيمة نصراً و الفشل نجاحاً [illegible] من الشباب مثلاً صاحب أكبر الاختراعات في مجال الكهرباء قد رسب في المادة نفسها

فتبسمك في وجهه يبعد عنه الكثير من الهواجس والانفعالات لحظة كما أن غضبك يصيبه بالعجز والإحباط



١- ابتسم وحاول الترفيه عنه..

٢- الجأ لتجربة خاصة تضحكه بها.

٣- لاعبه بلعبة اليمين واليسار،

خذ يده اليمنى وقل له: هنا أضع غضبك وبكاءك وحزنك وانفعالاتك، [illegible]
اليسرى تضع فوقها كلمات [illegible] تستطيع [illegible]
ثم ضم اليدين لبعضهما وقل له: [illegible]
فلم أنت متضايق؟! هذه اللعبة تمنح الطفل شعوراً بالأمن وتهدئ أعصابه.



٤- دعه يرى نفسه في المرآة، وشجعه على تحسين صورته من خلال الابتسامة.

٥- اهده شيئا خفيفا يأكله وركز على ما يحب ويشتهي..

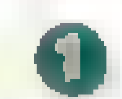
٦- ردد معه الجزء الأول من دعاء الهم والحزن، «اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن» أكثر من مرة.

٧- اقرأ معه المعوذتين بصوت هادئ مسموع.

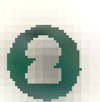




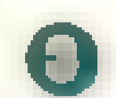
سن الإسلام للدعاة والمربين طرقاً لتحبيب الناس بالدين وحملهم على أوامره ونواهيه برفق ولين وتشمل هذه الطرق الكبار والصغار على السواء ومن هذه الطرق الثلاثة



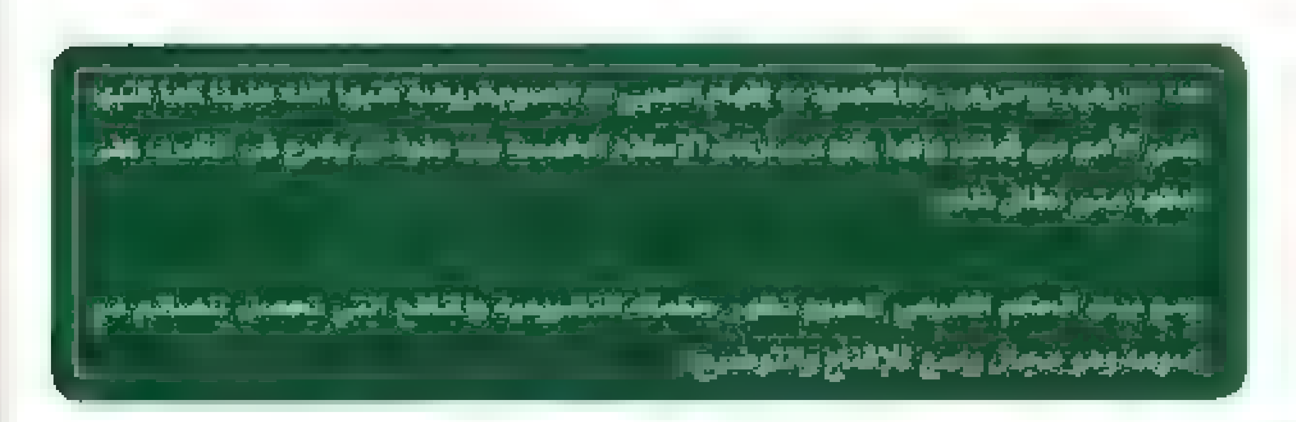
الترغيب والترهيب أو التوجيه والإرشاد التربوي.



التشجيع والتعاون أو التدريب بالمشاركة



المكافأة والثواب أو التعزيز الإيجابي



وأما التشجيع والتعاون فالمقصود به إغراء الصبي بالصوم فقد جاع يوماً لذلك يعطيه لعائلة السحور ويشجعه طيلة اليوم على إتمام الصوم فإذا اشتد عليه شغله بألعاب تلهيه عن التفكير في الأكل والشرب إلى أن يحين موعد الإفطار

- وقد ثبت في الحديث أن نساء الصحابة كن يصومن صغارهن فإذا بكوا من الجوع صنعن لهم اللعب من الصوف يتلهون بها حتى يحين أذان المغرب

- وأما المكافأة والثواب فالمقصود بها ما يكافأ به الطفل بعد صيامه لأول يوم أو لأول شهر، وقد تكون المكافأة هدية معنوية مثل الدعاء له والتنويه به على مسمع أقرانه أو في حضرة الكبار من أسرته

- ويقصد من ضربه إذا امتنع عن الصوم ما دام في الأمر فسحة لتشجيعه من جديد وتذكيره بفعل أقرانه وتقديم وعد بهدية تهدى له

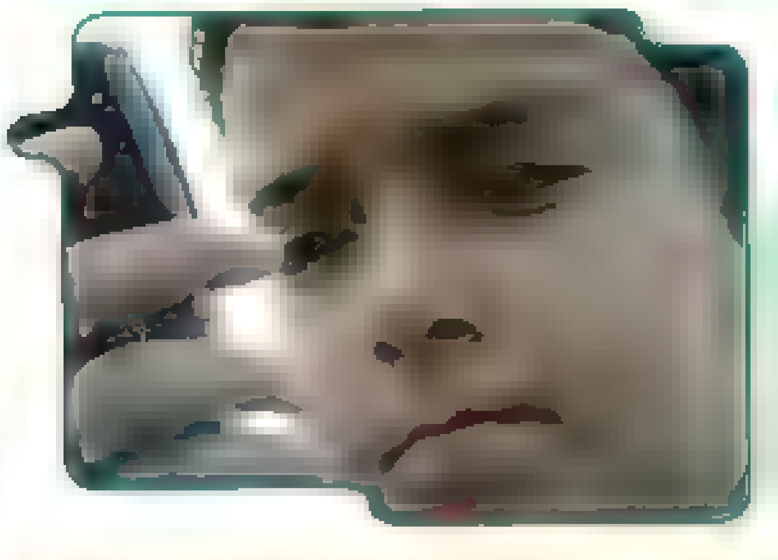
- إن المطلوب هو أن يقترن الصوم في حياته بذكريات مفرحة تدوم السنة التي يبدأها في الصيام أول مرة، وبهذا يدخل الصوم إلى حياته من باب السرور والفرح فيصبح في ذكرياته انطباعات إيجابية تكون له أثر ممتد في حبه للصوم وفرحه بقدوم شهره



يقول الدكتور عبد الكريم زيدان:

تراجع أمر الصبي والصبية بالصوم دون ضربهما ثم ذكر الضرب فقال: «إن كان عقوبة فلا يجب عليهما الصوم حتى يعاقبا على تركه، وإن كان القصد هو التأديب لا العقوبة فالتأديب في باب الصوم بالنسبة للصبي والصبية وهو شاق عليهما يكون بالأمر به، والترغيب فيه والحث عليه لا بالضرب، والضرب ورد في ترك الصلاة فليقتصر على مورده ولا يقاس عليه الضرب في ترك الصوم»





لا يمكن إعطاء سن معينة لذلك، لأن الأمر يتعلق ببنية الطفل، ومدى تحمله بالدرجة الأولى. ولكن يمكن تدريبه - لا إرغامه - على هذه الطاعة إن لم يكن قد بدأ من قبل.

أما من الناحية الشرعية، فإن الصوم رغم كونه غير واجب على الطفل لعدم التكليف إلا أنه يستحب تدريبه عليه.

وكان دأب السلف الصالح تعويد الطفل على صيام رمضان، بل حتى صيام التطوع. فقد ورد في الحديث الصحيح المتفق عليه عن الربيع بنت معوذ قالت: أرسل رسول الله ﷺ صبيحة عاشوراء إلى قرى الأنصار: «من كان أصبح صائما فليتم صومه، ومن كان أصبح مفطرا فليصم بقية يومه»، فكنا نصومه بعد ذلك ونصوم صبياننا الصغار منهم، ونذهب إلى المسجد فنجعل لهم اللعبة من العهن، فإذا بكى أحدهم أعطيناه إياه حتى يكون الإفطار.

من الناحية الصحية لا ضرر على الأطفال من صيام أيام معدودات بشكل متقطع إذا كان جسم الطفل لا علة به، مراعين في ذلك التعليمات التالية:

١- الصوم التدريجي كأن يعوّد الطفل الإمساك إلى منتصف النهار أو إلى العصر حتى إذا قوي على ذلك واعتاده انتقل إلى مرحلة ثانية.

٢- التدرج في الصوم: يبدأ بصوم يوم كامل، ثم يفطر يومًا ويزيد أيام صومه بعد ذلك تدريجيًا وهكذا.

٣- يحبذ تقليل الصوم في أيام الحر الشديد.

٤- عدم الإفراط في النشاط الحركي والرياضة أثناء الصوم للطفل.

٥- إيقاظ الطفل لتناول وجبة السحور.

٦- في حالة إحساسه الشديد بالجوع والعطش ينصح بالإفطار وعدم المكابرة.

قد تكون مشكلة الأبوين ليس في رفض الطفل الصوم مع قدرته عليه، بل في إصراره على الصيام مع تضرره منه، وفي هذه الحالة فالواجب عليهما منعه منه.

فالطفل يستحق جميع رخص الفطر التي يستفيد منها الكبير من باب الأولى، ومنها الفطر في أي ساعة من ساعات النهار إذا بلغ به الجهد مبلغًا لا يقدر معه على إكمال الصوم، ومن السهل على الأبوين إقناع الطفل بالفطر؛ لأن الصيام لا يجب عليه، ولو وجب لجاز له الأخذ بالرخصة كالبالغ. والدليل هو ما تقدم عن شرائط الصوم بالاستطاعة بالنسبة للصغير، وحيث إن ذلك غير محدد بسن ويختلف حسب بنية الأطفال ومدة الصيام، يمكن الاستعانة بالطبيب لمعرفة استعداد الطفل للصوم، وإذا لم يتيسر استشارة الطبيب، فإن التجربة تبين للطفل وأهله هل يطيق الصوم أم لا؟ وقد جرى العمل في الأسر المسلمة أن الطفل يبدأ الصيام يومًا ثم يضيف إليه آخر حتى يصوم في أحد الأعوام شهر رمضان كله، ويتابع صومه بعد ذلك.

خلال شهر رمضان عادة ما تتعارض رغبة الآباء مع رغبة أبنائهم، ففي الوقت الذي نجد فيه حرصا شديدا لدى الطفل لصيام أكبر عدد ممكن من الأيام وميلا للمباهاة والمفاخرة بين أقرانه في ذلك، نجد بالمقابل خوف الآباء من احتمال تأثير الصوم على صحة أطفالهم لدرجة إرغامهم في غالب الأمر على الإفطار

[illegible] في هذا الشهر تعويد له على الطاعة والعبادة حتى إذا [illegible]



[illegible]

[illegible]

- المصابون بإنهاك جسمي من جراء التهابات حادة أو أمراض مزمنة
- المصابون بداء السكر
- المصابون بكسور أو في حالة الجراحة لأن التئام العظام والجروح يحتاج إلى تغذية كافية ومتوازنة
- حالات الصرع عند الأطفال وتظهر من جراء نقص السكر في الدم عند الصوم
- جميع الحالات التي يحددها الطبيب مثل داء الكلية والنحافة المفرطة وغيرها

من البديهيات التربوية تقليد الطفل لأبويه إبان المراحل الأولى لطفولته، حيث تبدأ عملية الإدراك في العمل، ومن ثم جزء كبير من البناء النفسي والاجتماعي فيكتسب السلوك اليومي لأبويه

إن الصورة التي تعكسها السلوكيات اليومية للبعض إبان شهر رمضان وترسخ في أذهان أطفالنا عن رمضان هي أنه شهر تتغير فيه نوعية الأكل وأوقاته والنوم حتى ساعة متأخرة من النهار بالنسبة للبعض و السهر إنها صورة خالية من أي قيمة إنها صورة تناقض تماما ما ينبغي أن يعنيه هذا الشهر لكل المسلمين، وبالتالي نكون أمام قدوة سيئة لجيل نعول عليه كثيرا في المستقبل



إذا نحن بضرورة تغيير أنفسنا على الأقل لتقديم نموذج جيد للاحتذاء لأطفالنا ثم بالضرورة بإعادة بناء علاقاتنا بهذا الشهر وبالتالي إعادة بناء أطفالنا فيه

ينبغي أن نستفيد من فرصة رمضان ليكون أرضية خصبة للإقلاع عن عاداتنا السيئة و السلوكية، وشهر رمضان بما يكتسبه من سلطة روحية على أنفسنا يعد الفضاء الأمثل لاكتساب قيم حضارية عالية وإكسابها أطفالنا الأكثر استعدادا للاستيعاب بحكم سنهم وبالتالي فإن.

- النوم حتى وقت متأخر يعود الطفل على ذلك، وبالتالي لا يولي للوقت أية قيمة، ومن ثم تخلق علاقة غير سوية للطفل بالزمن تتسم بالاستخفاف وعدم الاحترام.
- استغراق الأب والأم في مشاهدة التلفاز في شهر رمضان تجعل الطفل يتمثل هذا السلوك بحكم الوسط الأسري، وبالتالي تصبح التلفاز الوسيلة الترفيهية الوحيدة لدى الأطفال في مرحلة العمرية المتقدمة.
- الانخراط في السلوك العدواني لبعض الناس في هذا الشهر يشكل مبررا يعود أطفالنا على سلوك عدائي يضرب بكل قواعد الصحة عرض الحائط فيعمق بالتالي في ترسيخ العادات الغذائية السيئة لدى أطفالنا.
- ضعف حضور دلالات الشهر الروحية في الوسط المعيش للأسر يهدد بتحول هذا الشهر بدخوله في خانة العادات والتقاليد لدى الأجيال القادمة.



الفصل الثاني

أولاً: لماذا الترغيب بدلاً من الترهيب؟

١ - لأن الله تعالى قال في كتابه الكريم: ﴿ ادع إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة ﴾.

٢ - لأن الرسول الكريم صلى الله تعالى عليه وسلم قال: (إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه ولا خلا منه شيء إلا شانه).

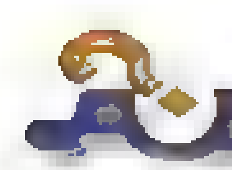
٣ - لأن الهدف الرئيس لنا هو أن نجعلهم يحبون الصلاة، والترهيب لا يكون نتيجته إلا البغض، فإذا أحبوا الصلاة تسرب حبها إلى عقولهم وقلوبهم، وجرى مع دمائهم، فلا يستطيعون الاستغناء عنها طوال حياتهم، والعكس صحيح.

٤ - لأن الترغيب يحمل في طياته الرحمة، وقد وصانا رسولنا الحبيب صلى الله عليه وسلم بذلك قائلاً: (الراحمون يرحمهم الرحمن، ارحموا من في الأرض يرحمكم من في السماء)، فليكن شعارنا ونحن في طريقنا للقيام بهذه المهمة هو الرحمة والرفق.

٥ - لأن الترهيب يخلق في نفوسهم الصغيرة خوفاً، وقد يجعلوا منا، فلن يصلوا إلا أمامنا وفي وجودنا، وهذا يتنافى مع تعليمهم تقوى الله تعالى وخشيته في السر والعلن، ولن تكون نتيجة ذلك الخوف إلا العقد النفسية، ومن ثمَّ السير في طريق مسدود.

٦ - لأن الترهيب لا يجعلهم قادرين على تنفيذ ما نطلبه منهم، بل يجعلهم يبحثون عن طريقة لرد اعتبارهم، ونتذكر أن المحب لمن يحب مطيع.

٧ - لأن المقصود هو استمرارهم في إقامة الصلاة طوال حياتهم، وعلاقة قائمة على البغض والخوف والنفور التي هي نتيجة الترهيب لا يكتب لها الاستمرار بأي حال من الأحوال.

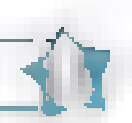


منذ البداية يجب أن يكون هناك اتفاق بين الوالدين أو من يقوم بتربية الطفل على سياسة واضحة ومحددة وثابتة حتى لا يحدث تشتت للطفل، وبالتالي ضياع كل الجهود المبذولة. فلا تكافئه الأم مثلاً على صلاته فيعود الأب يهديه أكثر مما أعطته أمه ويعطيه له دون أن يعمل شيئاً يستحق عليه المكافأة. كذلك يجعل المكافأة التي تحث على الصلاة صغيرة في قيمتها أو بلا قيمة، وأن تقوم الأم بمعاقبته على تقصيره فيأتي الأب ويسترضيه بشتى الوسائل خشية عليه. وفي حالة مكافأته يجب أن تكون المكافأة سريعة حتى يشعر الطفل بأن هناك نتيجة لأفعاله، لأن الطفل ينسى بسرعة. فإذا أدى الصلوات الخمس مثلاً في يوم ما تكون المكافأة بعد صلاة العشاء مباشرة.

أولاً: مرحلة الطفولة المبكرة (ما بين الثالثة والخامسة):



إن مرحلة الثالثة من العمر هي مرحلة بداية استقلال الطفل وحساسيته لكيانه وذاتيته، ولكنها في الوقت نفسه مرحلة الرغبة في التقليد، فمن الخطأ أن نقول له إذا وقف بجوارنا ليقلدنا في الصلاة: لا تشوش علي، من حقك أن تلعب الآن حتى تبلغ السابعة. فالصلاة ليست مفروضة عليك الآن. فندعه على الفطرة يقلد كما يشاء، ويتصرف بتلقائية ليحقق استقلاليته عنا من خلال فعل ما يختاره ويرغب فيه. ونقول له دائماً (اللهم إلا حين يدخل في مرحلة التحطيم) فإذا وقف الطفل بجوار المصلي ثم لم يركع أو يسجد ثم بدأ يصفق مثلاً ويغني فندعه ولا نعلق على ذلك. ولنعلم جميعاً أنهم في هذه المرحلة قد يمرون أمام المصلين ويجلسون أمامهم أو يعتلون ظهورهم أو قد يبكون، وفي الحالة الأخيرة لا حرج علينا أن نحملهم في الصلاة في حالة الخوف عليهم أو إذا لم يكن هناك شخص ثابت مثلاً من يهتم بهم. كما أنه لا يجب أن ننهرهم في هذه المرحلة عما يحدث منهم من أخطاء بالنسبة للمصلي. وفي هذه المرحلة يمكن تحفيظ الطفل سور الفاتحة والإخلاص والمعوذتين



ثانياً: مرحلة الطفولة المتوسطة (ما بين الخامسة والسابعة):

في هذه المرحلة يمكن بالكلام البسيط أن نخاطب الطفل عن نعم الله تعالى وفضله وكرمه، والنعم بالتعذيب من الأسئلة، وعن حب الله تعالى لعباده ورحمته، يحفز الطفل من تلقاء نفسه يشتاق إلى رضاء الله، ففي هذه المرحلة يكون التركيز على كثرة الكلام عن الله تعالى وقدرته وصفاته الحسنى وفضله، وعن الصلاة ضرورة طاعته وجمال نعمته وتسخيره ومخلوقاته وحلاوتها وأثرها على حياة الإنسان، وفي نفس الوقت لابد من أن يكون هناك قدوة صالحة يراها الصغير أمام عينيه، فمجرد رؤية الأب والأم والتزامهما بالصلاة خمس مرات يومياً دون ضجر، ومثل يؤثر إيجابياً في فطرة الطفل بهذه الطاعة، فيحبها لحب المحيطين به لها، ويلتزم بها كما يلتزم بأي عادة وسلوك يومي، ولكن حتى لا يتحول الصلاة إلى عادة وتمضي في إطار العبادة لابد من أن تصاحب ذلك شيء من التوعية للعبادة، ومن المناسب هنا سرد قصة الإسراء والمعراج وفرض الصلاة، وسرد قصص الصحابة الكرام وتعلقهم بالصلاة.

ومن المحاذير التي نركز عليها دوماً الابتعاد عن أسلوب الوعظ والنقد الشديد وأسلوب الترهيب والتهديد، وعلى عن القول إن الضرب في هذه السن غير صحيح، فلابد من التعزيز الإيجابي بمعنى التشجيع له حتى تصبح الصلاة جزءاً من حياته، ونركز على وجود لذة لدى في السنة، فقد يهرب الصغير من الصلاة لمروره من هذا بشكل عام، وبالنسبة للبنات فتحبيبهم بأمور قد تبدو صغيرة تافهة ولكن لها بعد الأثر مثل حياكة طرحة صغيرة مزركشة ملونة تشبه طرحة الأم التي تحبها، وتوفير سجادة صغيرة خاصة بالطفلة.

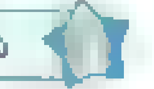
ويمكن إذا لاحظنا كسل الطفل أن نتركه يصلي ركعتين مثلاً حتى يشعر فيما بعد بحلاوة الصلاة ثم نعلمه عدد ركعات الظهر والعصر من تلقاء نفسه، كما يمكن تشجيع الطفل الذي يتكاسل عن الوضوء بعمل طابور خاص بالوضوء يمتد به الولد الكسول ويكون هو قائده، ويضم الطابور كل الأفراد الموجودين بالمنزل في هذا الوقت.

ويلاحظ أن تكون سياسة التدريب على الصلاة تكون بالتدريج، فمثلاً الطفل يصلي الصلاة الصبح يومياً ثم الصبح والظهر وهكذا حتى يتعود بالتدريج على الصلوات الخمس وذلك في أي وقت، وعندما يتعود على ذلك يتم تدريبه على صلاتها في أول الوقت، وبعد أن يتعود ذلك يدربه على السنن كل حسب استطاعته ومحاولته، ويمكن استخدام التحفيز لذلك فمكافأة بشتى أنواع المكافآت، وليس بالضرورة أن تكون المكافأة

مثلاً بأن نعطيه مكافأة إذا صلى الخمس فروض ولو قضاءً، ثم مكافأة على الفروض الخمس إذا صلاها في وقتها، ثم مكافأة على الفروض الخمس في أول الوقت.

ويجب أن نعلمه أن المشي إلى الصلاة مشي إلى الجنة، ويمكن استغلال الخيال الموجود بداخله بأن نقول له: أتكاد ترى يا حبيبي تطير بجناحين في الجنة... أو ... أن الله تعالى راضٍ عنك ويحبك كثيرا لما بذلته من جهد لأداء الصلاة... أو ... وتلعب مع الصبيان في الجنة والرسول صلى الله عليه وسلم يلعب معكم بعد أن تسلموا جماعة معه... وهكذا. أما البنين فنشجعهم على مصاحبة والديهم (أو من نثق في أخلاقهم من الشباب) إلى المسجد لتكون سبب سعادة لهم، ولا للأصحاب والديهم، ونتأنى بالخروج من المنزل مبكرا، ونراعي البعد عن الأحذية ذات الأربطة التي تحتاج إلى وقت ومجهود وصبر من الصغير لربطها أو خلعها...

ونراعي في هذه المرحلة تعليم الطفل بعض أحكام الطهارة البسيطة مثل أهمية التحرز من النجاسة كالتبول واقفا، وكيفية الاستنجاء، وآداب قضاء الحاجة، وضرورة المحافظة على نظافة الجسم والملابس، مع شرح علاقة الطهارة بالصلاة، ويجب أيضا تعليمه نظافة الوضوء وتدريبه على ذلك عمليا كما كان الصحابة الكرام يفعلون مع أبنائهم.



ثالثا: مرحلة الطفولة المتأخرة (ما بين السابعة والعاشرة)

في هذه المرحلة يلاحظ تطور كبير في سلوك الأبناء نحو الصلاة، بدعم التزامهم بها حتى وإن كانوا قد تعودوا عليها، فيلاحظ التكاسل والتهرب وإهمال ... بساطة طبيعة مرحلة التحديد، مرحلة التمرد وصعوبة الانقياد والانصياع، وهنا لابد من التعامل بحكمة وحكمة معهم، فنبتعد عن السؤال المباشر: هل صليت العصر؟ لأنهم سوف يضطرون إلى الكذب ويدعون الصلاة ليهربوا منها، فنكون قد فتحنا لهم الطريق للكذب ... وأيضا الأمر ... من ذلك ... والأولى من هذا وذاك هو التذكير بالصلاة في صيغة تنبيه لا سؤال، مثل: العصر يا ... أو ... والقول مثلا: إنه صلى في حجرته فمن اللطيف ... حجرتك مباركة، فتعال نصلي في حجرتي لتباركها الملائكة تهبط بالرحمة والبركة في أماكن

"الصلاة" وبحسب تلك الصلاة بعينه، ولعل ذلك بتبسم وهدوء حتى لا تكون مرة أخرى
أن لم يصل الطفل يقف الأب أو الأم بجواره للإخراج ويقول: ها هي لا تنتظر لشيء ضروري
لابد أن يحصل قبل خروجنا لأول... بطريقة حازمة ولكن غير قاسية بعيدة عن التهديد
كما يجب تشجيعهم ويكفي للبنات أن يقولوا: هيا سوف أصلي تعالي معي، فالبنت
تنظر إلى صلاة بجماعة لأنه يسر بمجهودها وفيها تشجيع، أما الذكور فيمكن تشجيعهم
على الصلاة بالمسجد وهي مناسبة للطفل فرصة للترويح بعد طول المذاكرة، ولضمان
مروره يمكن ربط النزول بمهمة ثانية، مثل شراء الخبز، أو السؤال عن الجار ...إلخ
وفي كلا الحالتين الطفل أو الطفلة يجب أن لا ننسى التشجيع والتحفيز والإشارة
إلى أن المواظبة بالصلاة من أفضل ما يحبب في شخصياتهم، وأنها ستمرة بالطفل على
تخطي المشكلات والعيوب. وفي هذه السن يمكن أن يتعلم الطفل حكم الطهارة وصفة
النبي صلى الله عليه وسلم، وبعض الأدعية الخاصة بالصلاة، ويمكن اعتبار يوم بلوغ
العمر السابعة حدث مهم في حياة الطفل بل وإقامة احتفال خاص بهذه المناسبة
يدعى إليه المقربون ويزين المنزل بزينة خاصة، إنها مرحلة بدء المواظبة على الصلاة،
ولاشك أن هذا مؤثر في نفس الطفل بالإيجاب، بل يمكن معه الإعلان عن هذه المناسبة
داخل البيت فعليها بصورة كشهادة
ميلاد، أو شهر حتى يعطي الطفل
مرتبط لمجيء هذا الحدث الأكبر
وفي هذه المرحلة ...
... خمس صلوات كل يوم، وإن
فاته إحداهن ...
وحتى ...
... الصلاة فور
سماع الأذان وعدم تأخيرها، وحتى
يتعود ...
يجب تعليمه ... الصلاة ويذكر
له فضلها ...
... الآن ...



١. يجب أن يرى الأبناء دائماً في الآباء والأمهات الحرص نحو الصلاة. فمثلاً إذا أراد الأبناء أن يستأذن للنوم قبل العشاء فليسمع من الوالد وبدون تفكير أو تردد: ألم تصلّ على صلاة العشاء؟ ألا قبلاً نصلي معاً ثم تنام بإذن الله. وإذا طلب الأولاد الخروج للنادي مثلاً أو زيارة أحد الأقارب وقد قرب وقت المغرب فليسمعوا من الوالدين: نصلي المغرب أولاً ثم نخرج. ومن وسائل إيقاظ الحس بالصلاة لدى الأولاد أن يسمعوا ارتباط المواعيد بالصلاة، فمثلاً: سنقابل فلاناً في صلاة العصر، أو سيحضر فلان لزيارتنا بعد صلاة المغرب.

٢. إن الإسلام يحث على الرياضة التي تحمي البدن وتقويه، فالمؤمن القوي خير وأحب إلى الله تعالى من المؤمن الضعيف، ولكن يجب ألا يأتي حب أو ممارسة الرياضة على حساب تأدية الصلاة في وقتها، فهذا أمر مرفوض.

٣. إذا حدث ومرض الصغير فيجب أن يعوّد على أداء الصلاة قدر استطاعته حتى ينشأ ويعلم ويتعود أنه لا عذر له في ترك الصلاة، حتى لو كان مريضاً. وإذا كنت في سفر فيجب تعليمه رخصة القصر والجمع، ولفت نظره إلى نعمة الله تعالى في الرخصة، وأن الإسلام تشريع مملوء بالرحمة.

٤. اغرس في طفلك الشجاعة في دعوة زملائه للصلاة، وعدم الشعور بالحرج من إنهاء مكالمة تليفونية أو حديث مع شخص أو غير ذلك من أجل أن يلحق بالصلاة جماعة بالمسجد. وأيضاً اغرس فيه ألا يسخر من زملائه الذين يهملون أداء الصلاة بل يدعوهم إلى هذا الخير، ويحمد الله الذي هداه لهذا.

٥. يجب أن نتدرج في تعليم الأولاد النوافل بعد ثباته على الفروض، ونستخدم كل الوسائل المباحة شرعاً لتعريف الصلاة في نفوسهم، ومن ذلك المسطرة المرسوم عليها كيفية الوضوء والصلاة.

فمن رجل صلى ركعتين، ثم صلى الظهر أربع ركعات، فكم ركعة صلاها؟ وهكذا وإذا كان كبيرا، فمن الأمثلة: رجل بين بيته والمسجد ٥٠٠ متر وهو يقطع في الخطوة الواحدة ٤٠ سنتيمتر، فكم خطوة يخطوها حتى يصل إلى المسجد في الذهاب والعودة؟ وإذا علمت أن الله تعالى يعطي عشر حسنات على كل خطوة، فكم حسنة يحصل عليها؟

- أشرطة الفيديو والكاسيت التي تعلم الوضوء والصلاة، وغير ذلك مما يأمر الله سبحانه

أما مسألة الضرب عند بلوغه العاشرة وهو لا يصلي، فأؤكد أننا إذا قمنا بأداء دورنا كما ينبغي منذ مرحلة الطفولة المبكرة وبتعاون متكامل بين الوالدين، أو القائمين برعاية الطفل، فإنهم لن يحتاجوا إلى ضربه في العاشرة. وإذا اضطروا إلى ذلك، فليكن ضربا غير مبرح، ولا يكون في الأماكن غير المباحة كالوجه، ولا يضربه أمام أحد، ولا يضربه وقت الغضب، وبشكل عام، فإن الضرب (كما أمر به الرسول الكريم في هذه المرحلة) فرصة للإصلاح والعلاج، وليس للعقاب والإهانة وخلق المشاكل، وإذا رأى المربي أن الضرب سوف يخلق مشكلة، أو سوف يؤدي إلى كره الصغير للصلاة، فليتوقف عنه تماما، وليحاول معه بالبرنامج المتدرج الذي سيلي ذكره

ولنتذكر أن المواظبة على الصلاة مثل أي سلوك نود أن نكسبه لأطفالنا، ولكننا نتعامل مع الصلاة بحساسية نتيجة لبعدها الديني، مع أن الرسول صلى الله تعالى عليه وسلم حين وجهنا لتعليم أولادنا الصلاة راعى هذا الموضوع وقال: «علموا أولادكم الصلاة لسبع، واضربوهم عليها لعشر». فكأنه عليه الصلاة والسلام يتحدث عن خطوات مخططة لفترة زمنية قدرها أربع سنوات، حتى يكتسب الطفل هذه العادة، ثم يبدأ الحساب عليها، ويدخل العقاب كوسيلة من وسائل التربية في نظام اكتساب السلوك. فعامل الوقت مهم في اكتساب السلوك، ولا يجب أن نغفله حين نحاول أن نكسبهم أي سلوك، فمجرد التوجيه لا يكفي، والأمر يحتاج إلى تخطيط وخطوات وزمن كاف للوصول إلى الهدف. كما أن الدافع إلى اكتساب السلوك من الأمور المهمة، وحتى يتكون فإنه يحتاج إلى بداية مبكرة وإلى تراكم القيم والمعاني التي تصل إلى الطفل حتى يكون لديه الدافع النابع من داخله نحو اكتساب السلوك الذي نود أن نكسبه إياه. ومن هنا، فإذا تأخر الوالدان في تعويده الصلاة إلى سن العاشرة، فإنهما يحتاجان إلى وقت أطول مما لو بدءا مبكرين، حيث أن طبيعة التكوين النفسي والعقلي لطفل العاشرة يحتاج إلى مجهود أكبر مما يحتاجه طفل السابعة، من أجل اكتساب السلوك نفسه، فالأمر في هذه الحالة يحتاج إلى صبر وهدوء وحكمة وليس عصبية وتوتر

ففي هذه المرحلة يحتاج الطفل منا أن نتفهم مشاعره ونشعر بمشاكله وهمومه ونعينه على حلها، فلا يرى منا أن كل اهتمامنا هو صلاته وليس الطفل نفسه، فهو يفكر كثيرا بالعالم حوله وبالتغيرات التي بدأ يسمع أنها ستحدث له بعد عام أو عامين. ويكون للعب أهمية الكبيرة لديه، لذلك فهو يسهو عن الصلاة ويعاند لأنها أمر مفروض عليه و يسبب له ضغطا نفسيا، فلا يجب أن نثقل بالحاحنا عليه إلى أن يتوقع منا أن نسأله عن الصلاة كلما وقعت عليه عيننا، ولنتذكر أنه لا يزال تحت سن التكليف، وأن الأمر بالصلاة في هذه السن للتدريب فقط، وللاعتياد لا غيرا لذلك فإن سؤاله عن مشكلة تحزنه أو هم، أو خوف يصيبه سوف يقربنا إليه ويوثق علاقتنا به فتزداد ثقته في أننا سنده الأمين، وصدره الواسع لكل شيء، فإذا ما ركن إلينا صعب فيما بعد مجابهته التدريجية للصلاة، والعبادات الأخرى، والحجاب.

رابعا: مرحلة المراهقة:

تتسم الأطفال في هذه المرحلة بالعند والرفض، وصعوبة الانقياد، والرغبة في إثبات الذات حتى لو كان ذلك بالمخالفة لمجرد المخالفة، وتضخم الكرامة المعنية التي قد تدفع المراهق رغم إيمانه بعد خطئه ونصيحته إلى الاستمرار فيه إذا حدث أن توقفه عن فعله ستشوه شأنه أو تنتقص من شأنه لدى أن قراره بالتوقف عن الخطأ ليس نابعا من ذاته، أو بعد التشاور مع أحد من قريب أو بعيد، ولنعلم أن أسلوب التشجيع والتحفيز لن يجدي مع سلوكيات الرفض والبعد برنامج ... في ثلاثة أشهر

وفيما يلي برنامج مقترح ؛ لأن أسلوب الحث والنصح في التوجيه لن يؤدي إلا إلى الرفض والبعد. هذا البرنامج قد يستغرق ثلاثة أشهر وربما أقل أو أكثر حسب توفيق الله تعالى وقدره

المرحلة الأولى

وتستغرق ثلاثة أسابيع أو أكثر ويتم فيها التوقف عن الحديث في هذا الموضوع ؛ الصلاة، تماما فلا نتحدث عنه من قريب أو بعيد ولو حتى بالتلميح مهما بعد ؛ فالأمر يشبه إعطاء الأولاد الدواء الذي يصفه لهم الطبيب ولكننا نعطيه لهم رغم عدم درايتنا الكاملة بمكوناته وتأثيراته ولكننا تعلمنا من الرسول صلى الله عليه وسلم أن لكل داء دواء فالطفل يصاب بالتمرد و العناد في فترة المراهقة كما يصاب بالبرد أغلبية الأطفال في الشتاء و تذكر أيها المربي أنك تربي صغيرا وتعالج موضوعا إذا لم يعالج في هذه المرحلة فالله سبحانه وتعالى وحده هو الذي يعلم إلى أين سينتهي ، فلا مناص من الصبر وحسن التوكل على الله تعالى وجميل الثقة به سبحانه ونعود مرة أخرى إلى العلاج ألا وهو التوقف لمدة لا تقل عن ثلاثة أسابيع عن الخوض في موضوع الصلاة والهدف من التوقف هو أن ينسى الابن أو الابنة رغبتنا في حثه على الصلاة حتى ينفصل بين الحديث في هذا الأمر وعلاقتنا به أو بها لنصل بهذه العلاقة إلى مرحلة يشعر فيها بالراحة ، وكأنه ليس هناك أي موضوع خلافي بيننا وبينه فيستعيد ثقته في علاقتنا به وأننا نحبه لشخصه وأن الرفض هو للفعال السيئة وليس لشخصه فالتوتر الحاصل في علاقته بالوالدين بسبب اختلافهما معه أحاطه بسياج شائك يؤذيه كلما حاول الاقتراب منهما أو حاول الوالدان الاقتراب منه بنصيحة حتى أصبح يحس بالأذى النفسي كلما حاول الكلام معكما وما نريد فعله في هذه المرحلة هو محاولة نزع هذا السياج الشائك الذي أصبح يفصل بينه وبين والديه

المرحلة الثانية

هي مرحلة الفعل الصامت وتستغرق من ثلاثة أسابيع إلى شهر
في هذه المرحلة لن نوجه إليه أي نوع من أنواع الكلام وإنما سنقوم بمجموعة من الأفعال المقصودة.
فمثلا نتعمد وضع سجادة الصلاة على كرسيه المفضل في غرفة المعيشة مثلا أو نتعمد وضع
سجادة الصلاة على سريره أو في أي مكان يلفت نظره بالبيت ثم يعود الأب لأخذها وهو يفكر بصوت
مرتفع: أين سجادة الصلاة؟ أريد أن أصلي يا ... لقد دخل الوقت يا إلهي كنت أنسى الصلاة
ويمكنك بين الفرض والآخر أن تسأله: حبيبي كم الساعة؟ هل أذن المؤذن؟ كم بقي على
الفرض؟ حبيبي هل تذكر أني صليت؟ لقد أصبحت أنسى هذه الأيام. لكن يا إلهي إلا هذا
الأمر ... ونستمر على هذا المنوال لمدة ثلاثة أسابيع أخرى أو أسبوعين حتى نشعر أن الولد قد
ارتاح ونسي الضغط الذي كنت تمارسه عليه وبعدها يمكنك الدخول في المرحلة الثالثة

المرحلة الثالثة

قم بدعوته بشكل متقطع حتى يبدو الأمر طبيعيا ودعوتك للخروج معك ومشاركتك بحضور
الدروس بدعوى أنك تريد مصاحبته، وليس دعوته لحضور الدرس. تقول له: حبيبي أنا متعب
وأشعر بشيء من الكسل ولكني أريد الذهاب لحضور هذا الدرس. تعال معي أريد أن تساعدني
... وأستند عليك. هذا رفض لا تعلق ولا تلح عليه الطلب وأعد المحاولة في مرة ثانية
ويتوازى مع هذا الأمر أن تشاركه في كل ما تصنعه في أمور المنزل من أول الأمر، وأن
تسعى لتقوية العلاقة وتحقيق الاندماج بينكما من خلال طلب رأيه ومشورته بمنتهى الحب
والتفاهم، كأن تقول الأم لابنتها: حبيبتي تعالي ما رأيك في هذا الحجاب الجديد؟ ما
رأيك في هذه الربطة؟ كل هذا وأنت تقفين أمام المرآة. وحين تستعدين للخروج مثلا تقولين
لها: تعالي اسمعي معي هذا الشريط، ما رأيك فيه؟ سأحكي لك ما دار في الدرس هذا
اليوم، ثم تأخذين رأيها فيه. وهكذا بدون قصد أوصيك بالطاعات التي تتطلبها ...
اترك أمك أو أختك يتحدثان عن نفسهما وعن رأيهما في الدروس التي تحكي لهما عنها بكل
حرية وبإنصات جيد منا ولنتركهما حتى يبدآن بالسؤال عن الدين وعن ...

ويجب أن نلفت النظر إلى أمور مهمة جداً

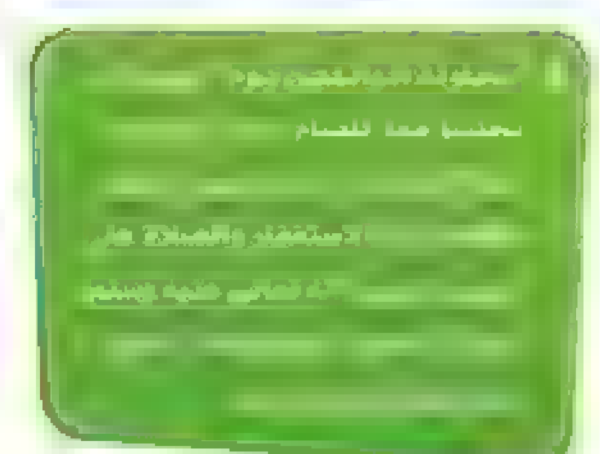
- يجب ألا نسمح أن تتحول هذه المرحلة دون نجاح لمرحلة لاحقة غيبية تماماً، فالهدف الأساسي من كل هذا هو بناء جسر متين للتواصل في علاقتكم، وإعداد وصل للصلة التي تتعطف بين والديها وبين أمور تمس هذا الأمر نفسه تماماً بمصداقية الحبوبة التي يجب أن تتخذ جرعته باستعلام وحتى نهايتها، فإذا تحققت الأمر وصدرت تولد أو نسب ولو مر وحدنا خلال الثلاثة أسابيع فيجب أن نوقفه ونبدأ العلاج من البداية.

- لا يجب أن نتحدث في موضوع الصلاة أبداً في هذا الوقت فهو أمر يجب أن يصل إليه الابن عن قناعة تامة، وإذا نجحنا في كل ما سبق وسننجح بإذن الله فنكون قد ربينا فيه طفلة حسب ما نذكر كما أنت مطمئن وعلى خلق لذلك فستأتي اليوم الذي يقومون فيه بإقامة الصلاة بأنفسهم، بل قد يأتي اليوم الذي ستشكي فيه من مطالبتهم للصلاة وتعطيلك عن الخروج مثلاً

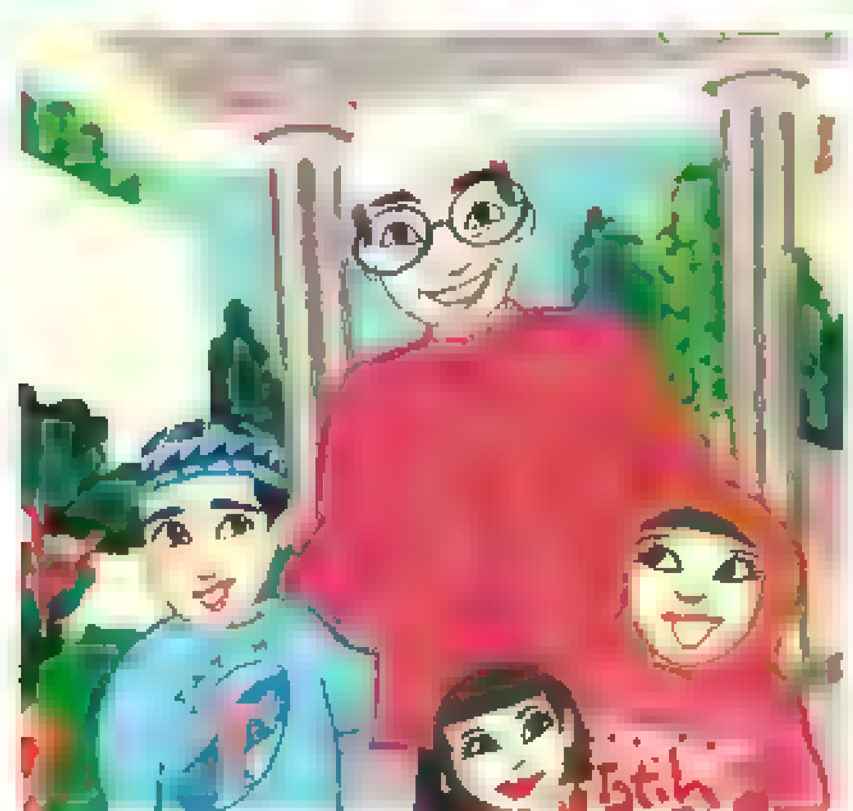
- لا يجب أن نصر على تقصيره في الصلاة إلا في أضيق الحدود، ولنتجاوز عن بعض الخطأ في أداء الحركات أو عدم الخشوع مثلاً، ولنقتصر الاعتراض والتحدث مع بعضنا على الأخطاء التي لا يمكن التجاوز عنها كالصلاة بدون وضوء مثلاً

- استعن بالله تعالى دائماً، ولا تحزن وادع دائماً لابنك وابنتك ولا تدع عليهم أبداً، وتذكر أن المرء قد يحتاج إلى وقت لكنه سيهتدي للإسلام إن شاء الله، فالأبناء في هذه السن يمرون ويتغيرون بسرعة خاصة إذا تفهمت طبيعة المرحلة التي يمرون بها وتعاملنا معهم بمستوى الهدوء والتقبل وسعة الصدر والحب

يمكن في هذا المجال الاستعانة بما يلي:







كما لا يمكننا أن نتخيل أن تنمو النبتة بلا جذور، كذلك لا يمكن أن نتوقع النمو العقلي والجسمي للطفل بلا حراك ونشاط، إذ لا يمكنه أن يتعرف على الحياة وأسرارها، واكتشاف عالمه الذي يعيش في أحضانه، إلا عن طريق التجول والسير في جوانبه وتمحيص كل مادي ومعنوي يحتويه. وحيث إن الله تعالى قد خلق فينا حب الاستطلاع والميل إلى التحليل والتركيب كوسيلة لإدراك كنه هذا الكون، فإن هذه الميول تكون على أشدها عند الطفل. لذلك فلا يجب أن نمنع الطفل من دخول المسجد حرصاً على راحة المصلين، أو حفاظاً على استمرارية الهدوء في المسجد. ولكننا أيضاً يجب ألا نطلق لهم الحبل على الغارب دون أن نوضح لهم آداب المسجد بطريقة مبسطة بمفهومهم. فعن طريق التوضيح للهدف من المسجد وقدسيته والفرق بينه وبين غيره من الأماكن الأخرى، يقتنع الطفل فيمتنع عن إثارة الضوضاء في المسجد احتراماً له، وليس خوفاً من العقاب. ويا حبذا لو هناك ساحة واسعة مأمونة حول المسجد ليلعبوا فيها وقت صلاة والديهم بالمسجد، ولو تم إعطاؤهم بعض الحلوى، أو اللعب البسيطة من وقت لآخر في المسجد، لعل ذلك يترك في نفوسهم الصغيرة انطباعاً جميلاً يقربهم إلى المسجد فيما بعد [illegible]. كما أنه لم ترد نصوص تمنع اصطحاب الطفل إلى المسجد، بل على العكس.

فقد ورد الكثير من الأحاديث التي نستدل منها على جواز إدخال الصبيان والأطفال المساجد. من ذلك ما رواه البخاري عن أبي قتادة: (خرج علينا النبي صلى الله عليه وسلم وأمامة بنت العاص على عاتقه فصلى، فإذا ركع وضعها، وإذا رفع رفعها). كما روى البخاري عن أبي قتادة عن النبي صلى الله عليه وسلم: (إني لأقوم في الصلاة فأريد أن أطيل فيها، فأسمع بكاء الصبي فأتجوز في صلاتي كراهية أن أشق على أمه). وكذلك ما رواه البخاري عن عبد الله بن عباس قال: (أقبلت راكباً على حمار أتان، وأنا يومئذ قد ناهزت الاحتلام، ورسول الله صلى الله عليه وسلم يصلي بالناس بمنى إلى غير جدار، فمررت بين يدي بعض الصف، فنزلت وأرسلت الأتان ترتع، ودخلت في الصف، فلم ينكر ذلك عليّ).

وإذا كانت هذه هي الأدلة النقلية التي تهتف بنا قائلة: دعوا أطفالكم يدخلون المسجد، وكفى بها أدلة لتحثنا أكثر بالخضوع والاستجابة لهذا النداء، فهناك أدلة تتبادر إلى عقولنا مؤيدة تلك القضية. فدخول أطفالنا المسجد يترتب عليه تحقيق الكثير من الأهداف الدينية والتربوية والاجتماعية وغير ذلك... فهو ينمي فيهم شعيرة دينية هي الحرص على أداء الصلاة في الجماعة، كما أنها تغرس فيهم حب بيوت الله وإعمارها بالذكر والصلاة، وهو هدف روحي غاية في الأهمية لكل شخص مسلم

مصادر موضوع كيف نحبب الصلاة لأبنائنا

١- عبد الملك القاسم: الوقت والصلاة، مطوية نشرتها دار القاسم بالرياض، ص ١.

٢- أبو الحسن الحسيني: كيف نعود أولادنا على الصلاة؟ مقالة منشورة من خلال موقع www.islamway.com/arabic/images/maktabah/articles/salat.htm

٣- محاضرتي "التوكل" و"اليقين" للداعية الإسلامي عمرو خالد (الأولى ضمن سلسلة سرائنا "إصلاح القلوب" والثانية بموقعه www.forislam.com على شبكة الإنترنت ضمن الدروس المتاحة هناك.

٤- الحب دستور التعامل مع العدوان (الأستاذة نيفين عبد الله) استشارة ضمن باب "معا نربي أبناءنا" بموقع www.islam-online.net

٥- فنون محبة الصلاة (استشارة في باب "معا نربي أبناءنا" على الموقع:

ص ١ www.islam-online.net

٦- سمر المصري: في دعوة الأطفال: صلي ولا تتحرجي، استشارة في باب "معا نربي أبناءنا" على الموقع www.islam-online.net

٧- أسماء جبر يوسف: علموهم محبة الله، استشارة بباب "معا نربي أبناءنا" على الموقع www.islam-online.net

٨- منى يونس: الترهيب بالصلاة والعقاب: برنامج للأقرب، استشارة بباب "معا نربي أبناءنا" على الموقع www.islam-online.net

٩- يسرا علاء: دعوا أطفالكم يعبثون في المسجد، باب "حواء وآدم"

على موقع: www.islam-online.net

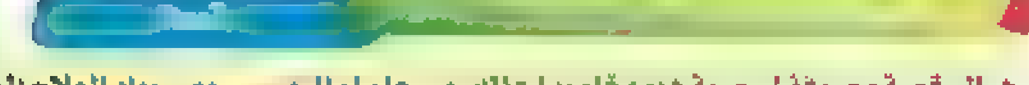
١٠- الأستاذة الدكتورة عبلة الدسوقي أستاذة الفقه المقارن بجامعة الأزهر سابقا وأم لثلاثة أولاد: اتصال شخصي.

١١- الدكتورة ماجدة عمرو: طبيبة أطفال، وأم لولدين وبنت: اتصال شخصي.

١٢- كيف نحبب الصلاة لأبنائنا؟ د. هاني زكريا الرمادي


مهارات تعديل
السلوك
7





هناك قصة معروفة لتجربة هامة قام بها عالمان من علماء النفس .. ومن رواد العلاج النفسي السلوكي .. هما «واطسون» و«راينر».

لقد قام هذان العالمان بوضع فأر أبيض على مقربة من طفل صغير يدعى «ألبرت» كان قد دخل المستشفى للعلاج من مرض غير نفسي

وببراءة وتلقائية مد الصغير يده يتحسس ذلك الحيوان الصغير الناصع البياض .. عندئذ أصدر واطسون تعليماته بإصدار صوت مزعج من خلف الطفل .. جعله يصرخ فزعًا ورهبة

وتكررت التجربة عدة مرات .. وفي كل مرة يوضع الفأر الأبيض قريبًا من «ألبرت» يصدر الصوت المزعج المفاجئ فيؤدي إلى فزع الطفل وصراخه .. ثم جاءت الخطوة الثانية من التجربة وذلك بوضع الفأر الأبيض قريبًا من الطفل ولكن بدون إحداث ذلك الصوت المزعج

فماذا كانت النتيجة؟ .. لقد ظل الطفل يصرخ بشدة في كل مرة يرى فيها الفأر الأبيض حتى من على بعد أمتار

وبعد أن كان يتحسسه ببراءة .. أصبح في حالة خوف وهلع شديد لمجرد رؤيته من بعيد!

والشيء الغريب أنه قد حدث للطفل بعد ذلك ما يسمى **بظاهرة التعميم** .. فقد أصبح الطفل يخاف ويفزع من أي شيء يشبه - من قريب أو بعيد - ذلك الفأر الأبيض



ونـلاحـظ ان

ظاهرة التعميم تلك تحدث في الكثير من

الحالات فالأب القاسي المستبد الذي تصرف اسه باستمرار ويعاقبه على كل صغيرة وكبيرة بسبب معاملته هذه في خوف الابن المستبد ليس من الأب فقط وانما من رئيسه ومن كل رجل في موقع سلطة او نفوذ

ان التجربة البسيطة التي شرحناها تبين ان المخاوف المرضية والقلق النفسي الشديد هما عادات او سلوكيات خاطئة متعلمة نتيجة تكرار التعرض لموقف مفزع او مؤلم

فتعرض الطفل لتربية الفار الابيض المثير الطبيعي لم تسبب له اي انفعالات مزعجة في بداية الامر

ولكن قرن ظهور الفار الابيض (المثير الطبيعي) باحداث صوت مخيف مرعج (المثير الشرطي) ادى الى تولد مخاوف الطفل وصراخه (الاستجابة) وادى تكرار مثل هذه التجربة الى ظهور سلوك غير صحي، وظهور أعراض مخاوف مرضية

ان هذه التجربة تعني امكان احداث مرض او خلل نفسي بصورة تجريبية وبالتالي بامكانية علاجه وازالة أعراضه طبقا لقواعد علم النفس والعلاج النفسي السلوكي ايضا

أي أن المرض النفسي سلوك متعلم ..

• من هنا تؤكد نظريات التعلم وعلم النفس السلوكي أن المرض النفسي هو سلوك خاطئ متعلم

إن المرض العقلي إنما كالمصاب في وجه نظر السلوكية ليس إلا تعلما متواصلا لسلوك مضطرب (وهذا الموضوع محل جدال واختلاف). فالفصامي يتعلم منذ طفولته التناقض الفكري والوجداني، وذلك عندما يتلقى من أبويه أوامر ورسائل متناقضة وغير منطقية، ويقول له افعل (س) ولا تفعل (س) أي افعل ولا تفعل الشيء نفسه. عندئذ يفشل الطفل في تكوين مفاهيم وتصورات واقعية وثابتة ومحددة

وكما أننا نستطيع بالتجربة أن نحدث أعراضا مرضية فإننا نستطيع غرس سلوكيات وعادات صحية مرغوبة أيضا •

ولكي نعالج حالة مثل حالة الطفل ألبرت، فإن علينا أن نحدث اقترانا وارتباطا جديدا بين ظهور الفأر الأبيض (المثير الطبيعي) وبين (مثير شرطي) آخر يثير السعادة والسرور في نفس ألبرت بدلا من ذلك الصوت المرعب المخيف كأن نقرن بين ظهور الفأر الأبيض وتقديم قطعة من الحلوى أو لعبة يحبها الطفل.

أي أن نحقق ارتباطا جديدا بين ظهور الفأر الأبيض وإحداث حالة من السرور والابتهاج مصحوبة بالاطمئنان وعدم الخوف - للطفل ألبرت.

أي أن نحقق ارتباطا جديدا بين ظهور الفأر الأبيض وإحداث حالة من السرور والابتهاج مصحوبة بالاطمئنان وعدم الخوف - للطفل ألبرت.

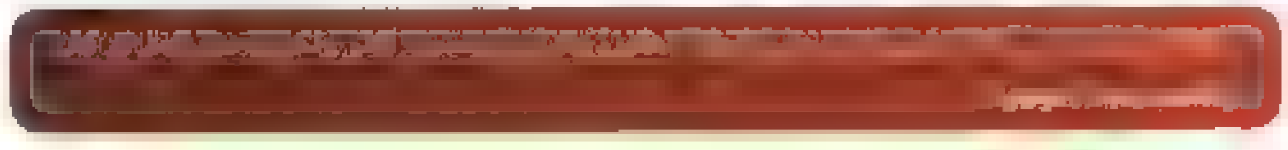
كما يستطيع أن يمنع تعرضه للفأر أو أي بديل آخر في غرفة أخرى بالتدريج فيسمح بإظهاره من بعيد مع تقديم الحلوى أو اللعب التي تبعث في نفس الطفل مشاعر السرور والطمأنينة وتتكرر المحاولة وفي كل مرة يتم تقريب الفأر تدريجيا مصحوبا بمشاعر البهجة والاسترخاء وهكذا نلاحظ أننا قدمنا للطفل نفس المثير الذي كان يسبب له الهلع والخوف والذعر (الفأر الأبيض) ولكن مع كل مرة يظهر فيها كان المجربان يقدمان للطفل ما يثير في نفسه السرور والبهجة فارتبط ظهور الفأر الأبيض في ذهن الطفل بمشاعر السرور والبهجة والطمأنينة فلم يعد يخشاه أو يفزع من رؤيته

وهكذا تم استبدال استجابة الخوف والقلق عند الطفل (ألبرت) باستجابة السرور والطمأنينة

ويوضح لنا ذلك أثر التكرار المتدرج في تقديم المثير بدرجات بسيطة تزداد حتى تصل إلى تقديم المثير عن قرب وبحجمه الطبيعي .

كما أن تقديم ما يسمى بالتعزيز الإيجابي (التدعيم أو التشجيع أو الإثابة) للاستجابة المرغوبة يؤدي إلى تعزيز وتدعيم السلوك المرغوب واستمراره حتى يصبح عادة أو شيئا ثابتا من عادات الفرد .

ولعل كلا منا قد شاهد مرة طفلا يصرخ عند دفعه للاستحمام في البحر لأول مرة أو عند رؤيته لأثر غريب لم يألفه من قبل وكيف أن الأب الحكيم هو الذي يفطن إلى استعمال أسلوب التشجيع والتطمين التدريجي لطفله الخائف فهو بالتشجيع يساعد طفله على الاقتراب تدريجيا من الماء أو من ذلك الشيء الغريب ، ويقدم له المساعدة فيضمه ويربت على كتفه ويبث فيه الطمأنينة والشجاعة وقد يكافئه بالحلوى إذا هو تشجع واقترب من ذلك الشيء الذي يخشاه ويخاف منه



وباستمرار الأب في اتباع مثل ذلك الأسلوب سيجد ابنه مقدما على النزول إلى البحر واللهو والعبث في مرح وسعادة دون أدنى خوف من الماء وهكذا فإن تعلم أي سلوك جديد أمر ممكن ولكنه مشروط بالتعزيز والتدعيم والتشجيع

إذاً

فالتغير هو تغير في سلوك الفرد بحيث يمكن تعديله أو تشكيله أو صقله، وإن ذلك التغير في السلوك يمكن أن يستمر إذا تم تعزيزه بالمكافأة والتشجيع والتدعيم.

إن التغير في السلوك الناتج عن العقاب أو الذي يرتبط بمشاعر الخجل أو الإحباط فهو تغير سطحي لا يستمر طويلاً، بل وقد ينتج عنه سلوكيات مضادة غير صحيحة. وإن التخلص من أي عادة سيئة أو سلوك غير مرغوب يتوقف بدرجة كبيرة على ... هذه العادة ... للفرد مشاعر غير سارة ويؤدي إلى نتائج غير مريحة أو غير محببة أو ضارة ...

وأذكر أثناء دراسة مادة التشريح في كلية الطب ... قصة الزميلة التي كانت تردد باستمرار في بداية العام الدراسي أنها لا تتخيل أن ترى جثة آدمية، وأنها لا تتوقع أن تنجح في مادة التشريح لأنها تخاف بل وتصرخ إذا رأت صرصاراً أو فأراً صغيراً، ومرت الشهور وفوجئ الجميع بالزميلة تمسك المشرط وتقوم بعملية تشريح إحدى الجثث الموجودة بالمشرحة ... ثم تقوم بشرح كل عضلة وكل وعاء دموي أو عصب وهي ممسكة به بين أصابعها !! وبمهارة تحسد عليها !

ويمكن أن يستخدم الإيحاء الذاتي في المساعدة على استبدال السلوك الغير مرغوب بسلوك آخر مرغوب وذلك عن طريق التأثير اللفظي - كأن يقول الفرد لنفسه عبارات تشجيع وتدعيم عندما يسلك سلوكاً مرغوباً

فكيف حدث ذلك ؟





مثلا ذلك قيامها بعمل جولات يومية حتى تتعود على المكان تماما وتخلص ذهنها ونفسها تماما من الحساسية المرتبطة به. وكانت تزداد ثقة واطمئنانا كلما رأت الزملاء يقومون بعملية تشريح الأنسجة الآدمية الميتة بمهارة وجرأة وثقة لكنها مع ذلك ظلت تخاف وتفزع إذا مر بها فأر أو صرصار صغيرا .. بل قد تصرخ وتفر إلى خارج الحجرة من الخوف والفزع !!

وهكذا فقد عالجت نفسها من مخاوف تشريح جثة آدمية ولم تعالج نفسها من الخوف من حشرة منزلية صغيرة

إننا نتعلم كل شيء ..

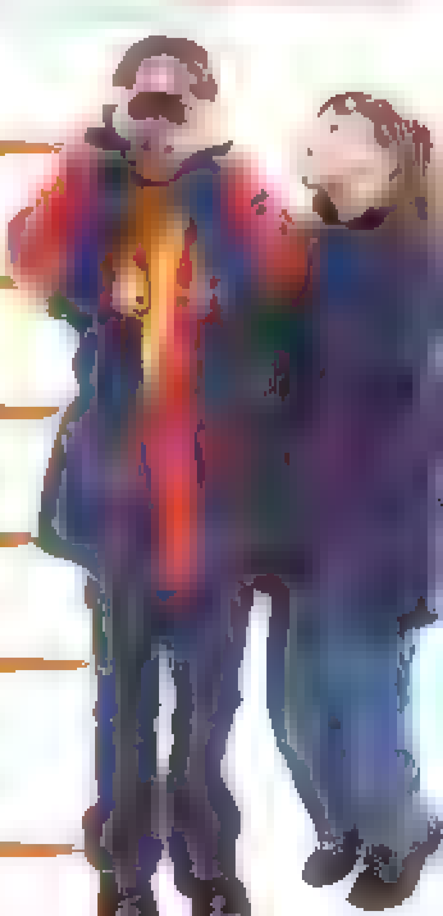
نتعلم الشجاعة أو الجبن

نتعلم الثبات والهدوء أو الرعونة والقلق

نتعلم النشاط والصبر والتفاؤل أو الكسل والتخاذل والتشاؤم

نتعلم النظام والدقة أو الفوضى والمرض والارتباك .

ولا نبالغ إذا قلنا إن كل الكائنات والمخلوقات تخضع لعمليات التعلم وتغيير السلوك حتى أبسط الكائنات





الفصل الثاني

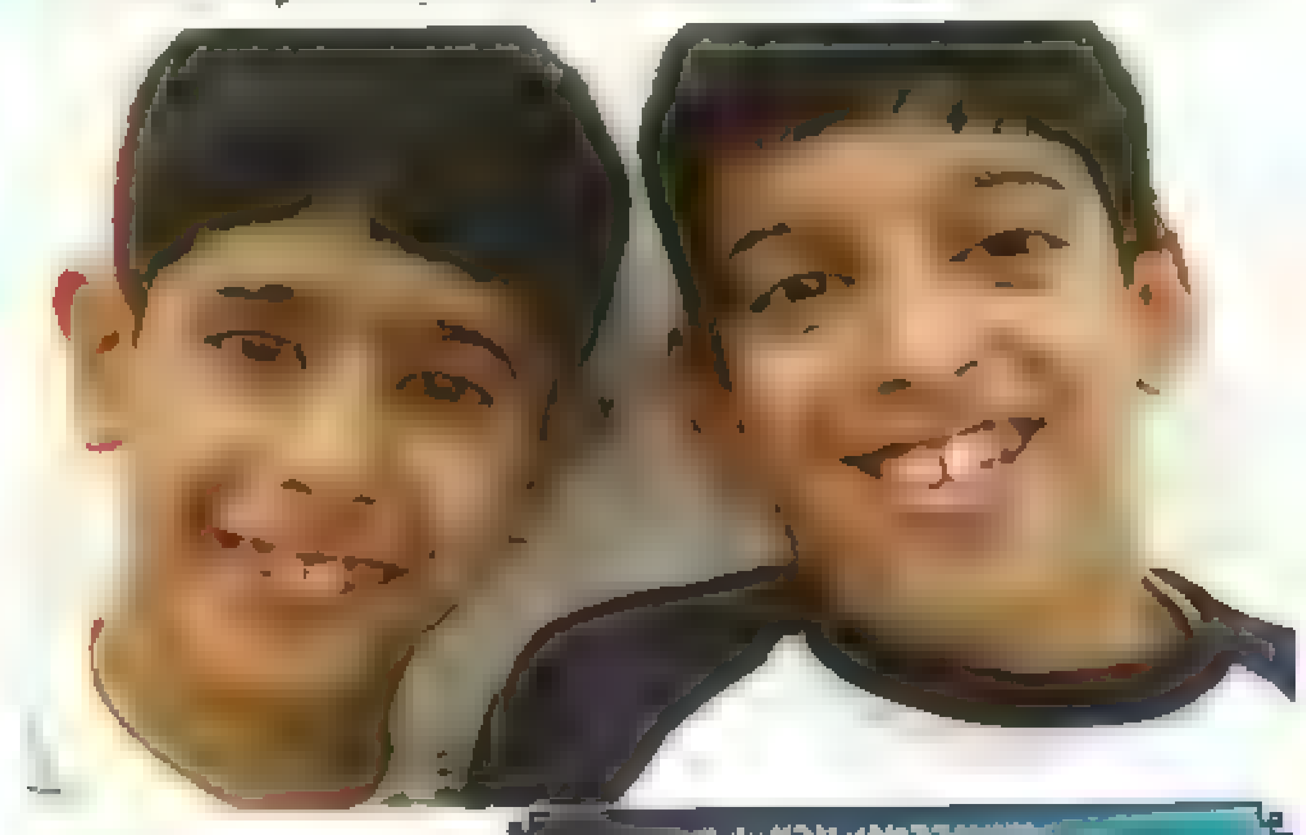
إعداد

احمد عبد الله ابو عايش

تعديل السلوك هو فرع من فروع علم النفس التطبيقية يتضمن التطبيق المنظم للإجراءات المستندة الى مبادى التعلم بهدف تغيير السلوك الإنساني ذي الأهداف الاجتماعية. ويتم ذلك من خلال تنظيم او اعادة تنظيم الظروف والمثيرات البيئية الحالية ذات العلاقة بالسلوك وبخاصة منها تلك التي تحدث بعد السلوك كذلك يشتمل تعديل السلوك على تقديم الادلة على ان تلك الإجراءات وحدها ولا شيء غيرها هي التي تكمن وراء التغير الملاحظ في السلوك



لطفل الناس دائم التغيير وعليه فإن سلوكه في أي لحظة أو مناسبة قد يختلف كثيرا أو قليلا عنه في الأخرى نتيجة تنوع المتغيرات العصبية والنفسية التي تؤثر عليه في كل حالة



١ التأكد من رغبة الطفل في التعاون وقبول التغيير في سلوكه

٢ كون البيئة الضرورية كافية ومناسبة لعملية التغيير

٣ وجود الوقت الكافي للتغيير حتى النهاية

٤ امتلاك المعالج للسلوك للمعرفة الكافية والخبرة والمؤهل الإيجابية التي تساعده على المعالجة

يشمل ملاحظة وتحليل السلوك ثلاث عمليات هي:

تحديد طبيعة المشكلة السلوكية:

تستلزم طبيعة السلوك الانساني المركبة المتغيرة تحديد المعالج ماهية السلوك الذي يريد تعديله بدرجة مقبولة من الدقة حيث يتعين عليه تحديد ووصف خصائص جزء او عناصر بشكل مع مقومات فهمه او ادراكه للسلوك المطلوب للطفل

العوامل المكونة للسلوك:

وتشمل هي كافة الاحداث والعوامل البيئية التي تثير لدى الطفل السلوك غير المرغوب ولا يتوقف تحديد هذه المثيرات السلوكية على العوامل الخارجية فقط بل يجب ان يشمل اي عامل ذاتي لدى الطفل كحاجة نفسية او حاجة جسمية قد تساهم في انتاج سلوكه السلبي

الحالة البيولوجية:

وتشمل عوامل كالحالة الصحية للطفل الجسمية وما يصاحبها من عاهات وعلل وقدراته العقلية العامة واستعداده العقلي والنفسي ويساعد معرفة هذه العوامل المعالج على تفسير البيئة المحيطة بالطفل بالصيغ الممتدة لتصحيح الحالة البيولوجية والاستجابة المطلوبة

الإجابة السلوكية العامة

يعين المعالج نوع الاستجابات الحركية والعصبية التي تميز غالبا سلوك الطفل كالصراخ مثلا وتحدد الاستجابات السلوكية عن ان تكون بتقلباتها الاشتراطية كما هي طبيعتها بالمألوف او ملبس او فعالية الاشتراط كما في طريقة سكنر فاذا كان صراخ الطفل يعتمد الاشتراط عندئذ قد تكون عوامل البيئة ومنبهاتها السبب الرئيسي في حدوثه حيث يتم تحديدها ويعمل على ترتيب لتصحيح السلوك وحدته فاذا كان الصراخ فعالا الاشتراط اي نتيجة تدريبه على الطفل في التي تحضر للعين نه مرة ثابتة عندئذ يعمد المعالج في الغالب الى اجراء تجريبي سلبي او انطفاء سلوكي رغم النتائج لديه او حرمانه منها للسيطرة على مشكلته السلوكية او الحد منها



معززات السلوك

يلاحظ المعالج هنا نوع معززات السلوك عند الطفل سواء كانت داخلية أو خارجية سلبية أو إيجابية ويعتمد هذا التحديد على ضبط أنواع المعززات ودرجة قوتها التي تؤثر في السلوك عند إجراء التعديل

العلاقة المتعلقة بين الإجابة والتعزيز

يقوم المعالج بالملاحظة والوصف للاستجابات التي يحدثها الطفل نتيجة توفر معزز ما فيه محدد وقد يتوصل بالتالي إلى تحديد نوع المعزز وقوته من ناتج السلوك للمساعدة في بناء جدول التعزيز اللازمة لتنفيذ عملية تعديل السلوك

خطوات التعرف على المشكلة السلوكية لاطفال وتحديد طبيعتها العامة

اسم الطفل

العمر　　　　　　　　　　التاريخ

المشكلة العامة

ماهية المشكلة لدى الطفل ووسيلته لتعبير عنها

العوامل المكونة للمشكلة

نوع سلوك المشكلة

منبهات ومعززات السلوك

قوة المنبهات او المعززات

توصيات عامة لمعالجة المشكلة ونوع السلوك المرغوب احداثه



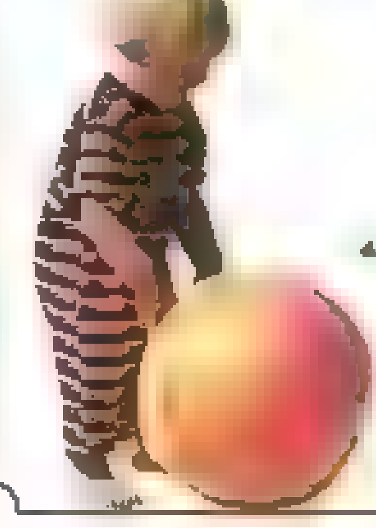
بعد معرفة المعالج لنوع المشكلة السلوكية وتخصيص عواملها ومسبباتها ومعززاتها يقوم الآن بملاحظة نموذج حدوث المشكلة (السلوك المشكل) لدى الطفل، أي مقدار تكرار الطفل للسلوك خلال مدة زمنية مثل عشر دقائق أو نصف ساعة أو ساعة أو حصة دراسية أو يوم كامل.

والخط القاعدي في علم تعديل السلوك هو نموذج تكرارية السلوك طبيعيا خلال فترة زمنية أو أكثر يقوم المعالج بملاحظته فيها قبل عملية التعديل. وعند تحديد الخط القاعدي يجدر بالمعالج ما يلي:

- عدم معرفة الطفل بعملية الملاحظة وتحديد الخط القاعدي لسلوكه.
- إتمام الملاحظة من قبل اثنين على الأقل كلما أمكن ذلك وذلك للتأكد من صلاحية ودقة النتائج.
- تكرار الملاحظة في فترة محددة من الأسبوع أو أسبوعين للملاحظة وأن يتم ملاحظة الطفل فيما بعد في ظروف مماثلة وذلك لاحتمال اختلاف الظروف المؤثرة على حدوث السلوك من فترة إلى أخرى.
- تمثيل نموذج حدوث المشكلة (الخط القاعدي) بالرسم.
- تصبح المشكلة السلوكية في هذه المرحلة واضحة لدى المعالج وما عليه إلا تحليل نتائجها وتمثيلها بالرسم للحصول على نتيجة تعالجها وتحديد عملية تعديلها.

ويستفاد من الرسم ما يلي

- دعم تصور المعالج بالمشاهدة المحسوسة
- مساعدة المعالج على ادراك الطريقة او الاسلوب المعالجة
- استنتاج مدى نجاح عملية
- التعديل السلوكي واجراءاته في تغيير السلوك المطلوب من خلال مقارنة منحنيات قبل وبعد عملية التعديل
- استخلاص بعض العلاقات التي قد تربط بين استراتيجية التعديل ومقدار التغير الناتج في السلوك وبين نموذج السلوك قبل التعديل وبعده وبين المعززات المستعملة ونوعها والسلوك نفسه
- تصميم عملية تعديل سلوك الأطفال
- ان انتهاء المعالج من تحديد طبيعة المشكلة السلوكية ونموذج حدوثها بالرسم يؤدي به الى اختيار اجرائي احصائي يستطيع بواسطته تنظيم مدخلات وعمليات التعديل من مخرجاته المطلوبة



ان التصميم المفرد يمكن تطبيقه بعدة اساليب منها ما يلي:

- تصميم الموضوع المفرد البسيط
- تصميم العكس او الابطال.
- تصميم الخط القاعدي المتعدد . ويضم التصاميم التالية
  - تصميم الخط القاعدي المتعدد لسلوكات مختلفة
  - تصميم الخط القاعدي المتعدد بظروف بيئية مختلفة
  - تصميم الخط القاعدي المتعدد بعدة تلاميذ
  - تعديل سلوك الطفل بتصميم الموضوع المفرد البسيط

- الخط القاعدي للسلوك
- اجراء التعديل السلوكي
- تعديل سلوك الأطفال بتصميم العكس او الإبطال
- يعين المعالج في هذه الطريقة كما هي الحال دائما الخط القاعدي الأول لسلوك الطفل ثم يقوم باجراء عملية التعديل

عند انتهاء عملية التعديل وتحقق المعالج من حدوث التغيير المطلوب في سلوك المستهدف يرجعه (الطفل) الى ظروفه السابقة التي سادت فترة تعيين الخط القاعدي لسلوكه لنرى اذا كان هذا التغير الحاصل قد نتج من عوامل جانبية غير مرئية او من اجراء التعديل نفسه وعلى هذا سمي هذا النوع من التصميم بالعكس او الابطال لان المعالج فيه يقوم بعكس ظروف الطفل الى حالتها الطبيعية السابقة او ابطال الظروف الجديدة (ظروف اجراء التعديل) او العودة بالطفل مرة اخرى الى ظروفه القديمة السابقة



بعده على المرحلة الجديدة التي يعيشها الطفل للتحقق من صدق اثر اجراء التعديل على سلوكه بمرحلته العكس او الإبطال او مرحلة الخط القاعدي الثاني

يشمل هذا الأسلوب ثلاثة تصاميم أخرى فرعية هي:

يتلخص تصميم الخط القاعدي المتعدد لسلوك مختلفة بتعيين المعالج لعدة سلوك مختلفة لواحد من الأطفال أو مجموعة منهم مثل الخروج من المقعد أو وخز الآخرين أو الصراخ المفاجئ ثم ملاحظته واحدا بعد الآخر لتحديد نموذج حدوثه والحصول على خطوطها القاعدية يختار المعالج الآن اجراء تعديليا سلبيا أو إيجابيا لمعالجة هذه السلوك الثلاثة بواسطته بادئا بسلوك واحد فقط حيث بعد التحقق من صلاحية الإجراء وتأثيره في تعديل السلوك الأول ينتقل الى تعديل السلوك الثاني وإذا حدث أن تغير السلوك الثاني حسب المطلوب حينئذ يستعمل المعالج الإجراء في معالجة السلوك الأول والثاني والثالث وهكذا. هذا كان الأثر الذي أحدثه الإجراء على السلوك المختلفة إيجابيا يستطيع المعالج القول على أساس ذلك بأن الإجراء الذي استعمله كان السبب في إحداث التغيير المطلوب في أنواع السلوك المختلفة لطفل أو مجموعة من الأطفال

نقصد بالظروف البيئية المختلفة المواقف اليومية المتنوعة التي يمكن للطفل فيها إظهار السلوك ويختار المعالج خلال هذا التصميم سلوكا واحدا للطفل يرى ضرورة تعديله ثم يقوم بتحديد نموذج حدوثه وخطه القاعدي في عدة مواقف مختلفة ضمن ساحة المدرسة خلال فترة الفسحة وفي الفصل خلال نشاط المادة وفي البيت.

يطبق المعالج إجراء التعديل الذي يراه مناسبا لسلوك الطفل ثم يستعمله أولا في الفصل فإذا نجح في إحداث التغيير المطلوب ينتقل الى ساحة المدرسة للتجربة وهكذا تماما كما هي الحال في تصميم الخط القاعدي المتعدد لسلوك مختلفة

قد يجد المعالج في بعض الحالات أن عددا من الأطفال يقومون بنوع واحد من السلوك الإيجابي أو السلبي مثل التعاون والعناية بالآخرين والصدق في الحديث أو كذبه وحب الملكية والسيطرة والاعتداء على الآخرين

يتولى المعالج بعد التحقق من نوع السلوك الذي يرى تعديله وعدد الأطفال الذين يتصفون به ملاحظة نموذج حدوث السلوك خطه القاعدي لدى كل منهم ثم يختار إجراء التعديل المناسب المعزز الإيجابي أو السلبي لإحداث التغيير المطلوب فيه. وكما هو الأمر في تصميم الخط القاعدي المتعدد لسلوك مختلفة وظروف بيئية مختلفة يجرب المعالج فعالية المعزز الذي اختاره في إحداث التغير في سلوك الطفل الأول فإذا نجح في هذا يجرب المعزز مع الطفل الثاني بالإضافة إلى استمرار التجربة مع الطفل الأول. وإذا ثبت أن المعزز مؤثر أيضا في سلوك الطفل الثاني بعد حين يستعمله مع الثالث وهكذا مع بقية الأطفال



1- تعديل سلوك الأطفال بزيادة حدوثه

2- تعديل سلوك الأطفال بتكوين عادات جديدة

3- تعديل سلوك الأطفال بتقليله أو حذفه

4- تقوية وصيانة سلوك الأطفال

...سلوك الأطفال بزيادة حدوثه

يتصف السلوك الذي يجري تعديله هنا بالاستجابة عموما ومع هذا فإن مقدار حدوثه لدى الطفل ليس بالدرجة الكافية وعليه يعمد المعالج الى تنميته وزيادته باستخدام التعزيز الإيجابي.

- المثيرات الاستجابية الأساسية (الطعام، الشراب؟) اللمس
- المثيرات الاستجابية المشروطة وتسمى في بعض الأحيان المثيرات الثانوية (المديح والنقود، الهدايا الرمزية، الألعاب الأدبية ...)

المثيرات العامة هي نوع من المعززات المشروطة التي تعمل على إثارة عدد متنوع من السلوك لدى كثير من الأطفال

المثيرات العامة هي نوع من المعززات المشروطة التي تعمل على إثارة عدد متنوع من السلوك لدى كثير من الأطفال



- التركيز على المعززات الاجتماعية
- الاعتدال في التقديم
- اقتران مثير إيجابي بآخر
- استعمال المعززات الرمزية
- التعميم من موقف سلوكي إلى آخر

تعديل سلوك الأطفال وتكوين عادات جديدة

[illegible] تكوين عادات جديدة

عندما يتحدث المعالج (المربي) عن تعليم الطفل عادات جديدة نعني أن هذا الطفل يفتقر إلى هذه العادات أو أنها ليست ذات أهمية له لدرجة تستحق منه المحاولة لزرعها في شخصيته أو تكوينها لديه

ويتوجب على المعالج (المربي) عند تعليم الطفل لعادات جديدة مراعاة كافة الخطوات والعمليات التي تشملها مهمة تعديل السلوك والتي مرت سابقا مع التركيز بهذه المناسبة على ما يأتي

1. تحديد معايير لتحديد صحة السلوك الجديد وعناصره بعامة
2. تحديد معايير تقيس صحة السلوك الجديد تتمثل في [illegible] بنمو صفات أو أجزاء السلوك في الخطوات السابقة
3. تحديد نقطة البداية السلوكية التي سيبنى عليها السلوك الجديد
4. اختيار طريقة لتكوين السلوك الجديد كأن تكون إحدى الإجراءات التالية أو خليط منها كالمصاحبة والحث والاقتداء والتشكيل والتسلسل والتلاشي التدريجي
5. اختيار المعززات السلوكية وطريقة تقديمها للطفل
6. تحديد عملية التعميم لتعميم العادة أو السلوك الجديد بإحدى الإجراءات الواردة في رقم (٤)

د. مصطفى يوسف

المواصلة

يقوم المعالج (المربي) بملاحظة أنواع السلوك المختلفة التي يبديها الطفل وعندما يلاحظ تشابه أحدها لدرجة كبيرة مع نوع السلوك المرغوب الذي يود تطويره لديه يتولى تحديد تعزيزه حسب جدول مناسب ويصبح المربي استعمال جدول التعزيز المتواصل حيث يستطيع به تعزيز سلوك الطفل في كل مرة يحدث فيها حتى إذا تبلور هذا السلوك الجديد يمكن للمربي بعدئذ استعمال جدول آخر حسبما تقتضيه طبيعة السلوك وحاجة الطفل إلى التعزيز



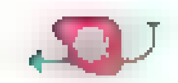


الحث والاقتداء بالنموذج

إن الملاحظة من الوسائل الهامة المباشرة وغير المباشرة التي يتم فيها تحصيل السلوك الفردي بشكل مقصود أو دون قصد عفوي، وعلى المعالج (المربي) عند اختياره للنموذج الذي سيقتدي الطفل بسلوكه أن يراعي الأمور التالية

- شهرة النموذج أو شخصيته: يجب أن يتميز النموذج بالسلوك الذي يراد تقليده والاقتداء به كما يستحسن أن يكون ذا شخصية مقبولة ومحببة لدى الطفل الذي سيقوم بنسخ السلوك
- التشابه بين النموذج والطفل، التركيب السلوكي: كلما كان التركيب السلوكي للقدوة بسيطا كلما سهلت عملية الاقتداء والعكس صحيح ويتحتم على (المربي) إذا كان السلوك مركبا أن يجزئه إلى عناصر وخطوات متسلسلة ثم يطلب من الطفل تقليد كل عنصر على حدة حتى يتم له اكتساب كافة أجزاء السلوك ثم يتاح الفرصة للطفل لأداء السلوك كله مرة واحدة





التشكيل

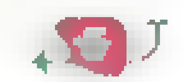
يبدأ التشكيل مما يملك الطفل ويستمر المربي بتعزيز كل عادة جديدة استجابة تؤدي في النهاية لتكوين السلوك المطلوب.

يقوم المربي عند استعماله للتشكيل بتعيين نقطة بداية سلوكية أي نواة السلوك الذي يريد تطويره لدى الطفل ثم يعين كافة الإجراء أو الخطوات السلوكية اللازمة التي يجب على الطفل تعلمها أو إظهارها لاكتساب السلوك الجديد يراعي بالطبع في هذه الخطوات السلوكية الطول المناسب لقدرات الطفل



التسلسل

وكثيرا ما يمتلك الطالب نصيحة متفرقة أو مشوشة الخطوات السلوكية المختلفة للعادة المطلوبة حيث تنحصر عادة المربي في مثل هذه الأحوال في تنظيم في مثل هذه الإجراء أو الخطوات معا وقرن بعضها ببعض حسب حدوثها بالحث و التعزيز من خلال ما يعرف في التعديل السلوكي بالتسلسل



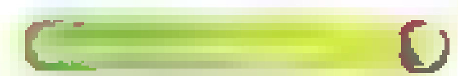
التلاشي التدريجي

يعمد المعالج المربي في هذا الإجراء إلى سحب أو تخفيف المنبه الذي يحفز حدوث السلوك ثم يعززه تدريجيا حتى يصل الطفل لمرحلة يستطيع فيها إظهار السلوك نفسه أو تعزيز رمزي أو لفظي

تعديل سلوكيات الأطفال وتشكيلها وتنميتها

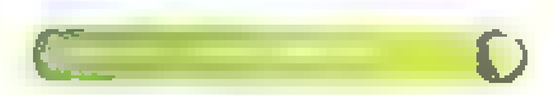
سنتحدث الآن عن تعديل سلوك الطفل بالتقليل أو الحذف بواسطة عدة إجراءات. والجدير بالذكر أن هذه الإجراءات عموما هي صيغ أو وسائل مختلفة لعقاب الأطفال على سلوكهم غير المرغوب تتميز كل منها بإنتاج أثر نفسي مباشر أو غير مباشر عليهم

وفي الفقرات التالية سنوضح كيفية استخدام هذه الإجراءات لتحقيق التعديل السلوكي المطلوب



يقوم المعالج أو المربي، عند إدارته للغرامة الكلية المؤقتة بسحب المعززات البيئية لسلوك الطفل مؤقتا أو إبعاد الطفل من البيئة المعززة نفسها لفترات تتراوح عادة بين دقيقتين وعشر دقائق حيث من الممكن أن ينتج في الحالتين كف الطفل أو توقفه عن إبداء السلوك السلبي

يشبه مفهوم الغرامة المتدرجة مفهوم الغرامة الكلية المؤقتة من حيث فقدان الطفل للمعززات التي تعزز هذا السلوك السلبي ولكنهما يختلفان في كون الأول يتم سحب كمية معينة من المعززات كل مرة يبدي فيها الطفل السلوك غير المرغوب بينما في الثاني (الغرامة الكلية المؤقتة) يتم سحب المعززات كلها من الطفل لفترة زمنية محددة. وهناك اختلاف آخر بين المفهومين يتمثل في كون الغرامة المتدرجة مادية في الغالب أما في الثانية فهي معنوية



يتمثل هذا الأمر في إزالة الظروف وراء سلوك الطفل السلبي مؤديا في الغالب إلى تقليصه أو حذفه

يتلخص هذا الإجراء بسحب المعززات أو المثيرات السلبية التي تنتج السلوك غير المرغوب وفي هذه الحالة يعمد المعلم الى تحديد تلك المنبهات التي بوجودها يميل الطفل الى إحداث السلوك غير المرغوب ثم يعمد الى سحبها او التقليل من فعاليتها بإدخال منبهات إيجابية بديلة

يسمح المعالج (المربي) للطفل من خلال الإشباع بان يحصره لتكرار السلوك السلبي حتى يمل الطفل من ذلك فيكف بذاته عنه او بعض الحالات المتطرفة يطلب الطفل إعفاءه من ذلك.

يتلخص مفهوم الانطفاء كإجراء لتقليل السلوك او حذفه في توقف المربي عن تعزيز السلوك السلبي للطفل بالتجاهل غالبا فيبدأ السلوك نتيجة لهذا بالانحسار قوة وكما حتى يختفي تماما من شخصية الطفل

العقاب يكون لفظيا بالتأنيب او التوبيخ او ماديا بالخسارة لشيء يمتلكه الطفل كالفلوس مثلا إن تحذيرات استخدامه توضح ان استعماله قد يحدث لدى الطفل سلوكا او مظاهر شخصية سلبية غير مستحبة في الغالب.

يتلخص هذا الإجراء بالطلب من الطفل الرجوع إلى البديل الإيجابي للسلوك السلبي الذي مارسه (او يمارسه) ثم تطبيقه لعدة مرات او لمدة من الزمن حتى يتسنى له تصحيح حالته واكتساب السلوك المرغوب المضاد وتقويته عنده

1	كيف يصبح الطفل قائدا ؟	د. جون غوشاين من مطبوعات مكتبة
2	المشكلات النفسية عند الأطفال	د. زكريا الشربيني
3	مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها	
4	كيف نحبب الصلاة لأبنائنا ؟	د. أماني زكريا الرمادي
5	سر سعادة الأطفال	ستيف بيدولف
6	التربية الإيجابية من خلال إشباع حاجات الطفل	د. مصطفى أبو سعد
7	استراتيجيات التربية الإيجابية	د. مصطفى أبو سعد

1 مجلة ولدي

2 بريد المعلم

3 جريدة المدى

4 جريدة الاتحاد الإماراتية

5 جريدة الإصلاح المغربية

1 عالم النور

2 الحصن النفسي

3 الإسلام أونلاين

4 لها أون لاين



رقم الصفحة

رقم الصفحة

رقم الصفحة

رقم الصفحة

		رقم الصفحة

رقم الصفحة

رقم الصفحة

رقم الصفحة

رقم الصفحة

الخاتمة

1

إن كنت أعجب، فعجبي شديد لأمة لا تسمح تقاليدها بوضع قطعة الحديد بيد من لا يحسن صناعته، كيف لا تلزم أفرادها قبل بلوغهم سن تأسيس الأسرة وإنجاب الأطفال أن يتعلموا كيف يتعاملون مع أبنائهم..؟.

2

بعد تحديد الأهداف التربوية وتهيئة المحيط التربوي، لابد من فهم دقيق لعملية التربية قبل الشروع في ممارستها... فعلماؤنا وسلفنا الصالح كان منهجهم دوماً «العلم قبل العمل» و«الاعتقاد السوي أساس العمل الصالح».

3

تربية الأبناء فن وعلم، وما انحرف الأبناء وانجرفوا في تيارات الضلال إلا بعد أن استقال الآباء والأمهات عن الإلمام بقواعد هذا الفن والعلم، والأدهى والأمر أن يتجاهلوا أهمية فهم العملية التربوية!! إن الكهربائي ليتقن التعامل مع الأسلاك، يحتاج للتعلم والخبرة والدراسة، والميكانيكي ليفهم خبايا السيارات يحتاج للتعلم وبذل الجهد ليتقن تدخله سواء لوقاية المحرك من العطب أو إصلاح العطب.. وكلها مجالات للتعامل مع جمادات ثابتة..

4

التربية بالحب ومن خلال الفهم هي التي تصنع أبناء صالحين ..

وهذا ما حاولت وضعه في صفحات هذا الكتاب على شكل مهارات وخطوات عملية إيجابية في تصويب ما يزعجنا من سلوكيات أبنائنا

والله أسأل أن ينفع بهذا الكتاب ويجعل ذلك في ميزان حسناتنا جميعا

مصطفى أبو سعد

لماذا هذا الكتاب هام جداً؟!

لأننا معاً سنتعرف على:

- الأنماط الوالدية وكيف تكون مربيا إيجابيا؟
- قواعد تغيير السلوك المزعج لدى الطفل
- أثر الكلام على معنوية الطفل
- مشاكل التقدير الذاتي وكيف نعالجها ؟
- كيف أختار هدية لابني؟
- التمرد والعناد والرفض لدى الأبناء !
- الرفض المدرسي: عوارض وتشخيص
- الخوف المرضي !
- فرط الحركة وتشتت الانتباه
- اضطراب النطق والتأتأة
- الثقة بالنفس لدى الطفل
- كيف تضبط ابنك في ٦٠ دقيقة ؟
- كيف أتعامل مع كلمة لا ؟
- كيف نتعامل مع خطأ الطفل؟
- كيف تسعد ابنك ؟
- كيف أجعل ابنتي تحب القراءة ؟
- كيف تخفف قلق ابنك ؟
- هل نضرب أبناءنا ؟
- كيف ندرب أبناءنا على العبادات ؟
- خطة علاجية لمتابعة الحالات
- وغيرها ......؟



د. مصطفى أبو سعد

- استشاري نفسي وتربوي
- دكتوراه في علم النفس التربوي
- ماجستير في الإرشاد النفسي (علم النفس العيادي).
- دبلوم دراسات عليا في التسويق والاتصال.
- دبلوم اختبار القدرات لدى الأطفال وقياس الذكاء (بينيه).
- شهادة الممارسة المهنية التخصصية في الإرشاد النفسي (الكلية ستيفان للدراسات النفسية - الولايات المتحدة الأمريكية)
- ماستر تدريب في التنمية الذاتية.
- عضو جمعية الصحفيين الإيطاليين
- عضو جمعية الصحفيين الكويتية

من مؤلفاته:

- الوالدية الإيجابية: الحاجات النفسية للطفل.
- استراتيجيات التربية الإيجابية.
- التقدير الذاتي للطفل.
- مهارات الحياة الوجدانية.
- برامج مرئية وسمعية بالعديد من القنوات الفضائية والإذاعات العربية.

يعتقد أن مستقبل الأمة مرتبط بقدرة كبارها على التعامل الإيجابي مع صغارها وتوجيههم بالحب والحوار لا بالعنف والغلظة.

